



Національний університет
водного господарства
та природокористування

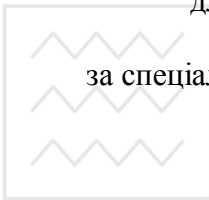
Міністерство освіти і науки України
Національний університет водного господарства та
природокористування
Навчально-науковий інститут охорони здоров'я
Кафедра теорії та методики фізичного виховання

08-01-18

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ

до самостійних робіт із навчальної дисципліни
*«Теорія і технології адаптивного фізичного
виховання при різних нозологіях (зір, слух, ОРА,
інтелект)»*

для здобувачів вищої освіти першого
(бакалаврського) рівня
за спеціальністю 227 «Фізична терапія, ерготерапія»
денної та заочної форми навчання



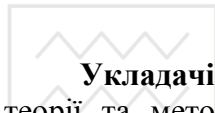
Національний університет
водного господарства
та природокористування

Рекомендовано
науково-методичною комісією
зі спеціальності
227 «Фізична терапія,
ерготерапія»,
Протокол № 9
від «25» січня 2019 р.

Рівне – 2019



Методичні вказівки до самостійних робіт із навчальної дисципліни «Теорія і технології адаптивного фізичного виховання при різних нозологіях (зір, слух, ОРА, інтелект)» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня за спеціальністю 227 «Фізична терапія, ерготерапія» денної та заочної форми навчання / Н. А. Небова, І. О. Осіпчук, І. С. Подолянчук – Рівне : НУВГП, 2019. – 27 с.



Укладачі: Н.А. Небова, старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання, І.О. Осіпчук, асистент кафедри теорії та методики фізичного виховання, І.С. Подолянчук, асистент кафедри теорії та методики фізичного виховання.

Відповідальний за випуск – Н. А. Небова, старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання.

© Н.А. Небова,
І.О. Осіпчук,
І.С. Подолянчук, 2019
© НУВГП, 2019



ЗМІСТ

Вступ	5
Розділ 1. Теми самостійних робіт	6
Розділ 2. Методичні рекомендації до самостійних робіт	8
Самостійна робота № 1. Характеристика адаптивного фізичного виховання в Україні	8
Самостійна робота № 2. Сучасні проблеми адаптивного фізичного виховання	9
Самостійна робота № 3. Заняття по адаптивному фізичному вихованню у вищих начальних закладах	10
Самостійна робота № 4. Засоби адаптивного фізичного виховання при сліпоті	11
Самостійна робота № 5. Методика навчання рухових ігор дітей з порушенням зору	12
Самостійна робота № 6. Взаємозв'язок слухового й вестибулярного апаратів	13
Самостійна робота № 7. Засоби адаптивного фізичного виховання при глухоті	14
Самостійна робота № 8. Протипокази до занять з АФВ при відхиленні розумового розвитку	15
Самостійна робота № 9. Методичні прийоми, що використовуються в процесі занять фізичними вправами при порушенні інтелекту	16
Самостійна робота № 10. Корекційно-розвиваюча спрямованість АФВ дітей, що мають відхилення в інтелектуальному розвитку	18
Самостійна робота № 11. Методика АФВ дітей які мають пошкодження ОРА	19
Самостійна робота № 12. Сучасні зарубіжні підходи до організації лікувально-педагогічної	



Національний університет
водного господарства
та природокористування

допомоги дітям і підліткам з ДЦП	20
Самостійна робота № 13. Засоби та методи АФВ при станах після ампутації	21
Самостійна робота № 14. Особливості використання АФВ при ураженнях спинного мозку	22
Розділ 3. Розподіл балів, які отримують студенти	24
Список рекомендованої літератури	26



Національний університет
водного господарства
та природокористування



ВСТУП

Програма обов'язкової (нормативної) навчальної дисципліни «Теорія і технології адаптивного фізичного виховання при різних нозологіях (зір, слух, ОРА, інтелект)» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалавра спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія».

Предметом вивчення навчальної дисципліни є формування теоретичних знань та практичних вмінь проведення теорії і технології адаптивного фізичного виховання при різних нозологіях.

Міждисциплінарні зв'язки: анатомія людини, фізіологія людини, основи медичних знань, загальна патологія, профілактика захворювань, педагогіка.

Цілеспрямованої роботи над вивченням спеціальної літератури, активної роботи на лекціях, лабораторних заняттях, самостійної роботи та виконання поставлених задач.

Вимоги до знань та умінь визначаються галузевими стандартами вищої освіти України.

Метою викладання навчальної дисципліни «Теорія і технології адаптивного фізичного виховання при різних нозологіях (зір, слух, ОРА, інтелект)» є поглиблення знань студентів з адаптивного фізичного виховання при різних нозологіях. Сформувані методи, засоби, форми організації та проведення адаптивного фізичного виховання при різних нозологіях.



РОЗДІЛ 1 ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
Змістовий модуль 1			
1.	Тема 1. Характеристика адаптивного фізичного виховання в Україні	9	9
2.	Тема 2. Сучасні проблеми адаптивного фізичного виховання	9	9
3.	Тема 3. Заняття по адаптивному фізичному вихованню у вищих начальних закладах	9	9
4.	Тема 4. Засоби адаптивного фізичного виховання при сліпоті	9	9
5.	Тема 5. Методика навчання рухових ігор дітей з порушенням зору	9	9
6.	Тема 6. Взаємозв'язок слухового й вестибулярного апаратів	9	9
7.	Тема 7. Засоби адаптивного фізичного виховання при глухоті	9	9
Змістовий модуль 2			
8.	Тема 8. Протипокази до занять з АФВ при відхиленні розумового розвитку	9	9
9.	Тема 9. Методичні прийоми, що використовуються в процесі занять фізичними вправами при порушенні інтелекту	9	9
10.	Тема 10. Корекційно-розвиваюча спрямованість АФВ дітей, що мають	9	9



	відділення в інтелектуальному розвитку		
11.	Тема 11. Методика АФВ дітей які мають пошкодження ОРА	9	9
12.	Тема 12. Сучасні зарубіжні підходи до організації лікувально-педагогічної допомоги дітям і підліткам з ДЦП	9	9
13.	Тема 13. Засоби та методи АФВ при станах після ампутації	9	9
14.	Тема 14. Особливості використання АФВ при ураженнях спинного мозку	9	9
	Разом	126	126





РОЗДІЛ 2 МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО САМОСТІЙНИХ РОБІТ

САМОСТІЙНА РОБОТА № 1 ХАРАКТЕРИСТИКА АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В УКРАЇНІ

Мета: охарактеризувати адаптивне фізичне виховання в Україні.

Завдання:

1. Ознайомитися з організацією адаптивної фізичної культури в Україні.
2. Визначити основні проблеми фізичної культури і спорту інвалідів в Україні.

Короткий огляд теми:

Керівництво організаційною і методичною роботою сфери адаптивної фізичної культури і спорту інвалідів в Україні здійснюється системою державних структур, до яких входять: федерації, комітети, комісії, асоціації інвалідів, кафедри профільних вищих навчальних закладів, діагностичні і реабілітаційні центри, корекційні заклади, консультаційні пункти, спеціальні школи-інтернати, клуби, секції, збірні команди по видах спорту. Національний комітет спорту інвалідів України включає 4 федерації, створені за нозологічним принципом: спортивна федерація глухих; спортивна федерація сліпих; спортивна федерація інвалідів з порушеннями опорно-рухового апарату; спортивна федерація інвалідів з порушеннями розумового і фізичного розвитку.



Питання для модульного контролю:

1. Охарактеризувати національний комітет спорту інвалідів України.
2. Проаналізувати основні проблеми фізичної культури і спорту інвалідів в Україні.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 2 СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Мета: визначити сучасні проблеми адаптивного фізичного виховання.

Завдання:

1. Розглянути проблеми, перспектив розвитку адаптивного фізичного виховання.
2. Визначити причини недостатнього розвитку засобів адаптивного фізичного виховання.

Короткий огляд теми:

Останніми роками в Україні значно зростає кількість людей з вадами фізичного розвитку, яким складно адаптуватися до умов життя в сучасному суспільстві. Сучасний стан нашого суспільства вимагає гуманізації всіх аспектів його життя. У зв'язку з цим особлива увага повинна бути приділена особам, що мають недоліки розумового і фізичного розвитку.

Головними причинами недостатнього розвитку засобів АФК інвалідів є необізнаність громадськості у проблемах неповносправних і необхідності створення для



них умов «рівної особистості», практична відсутність спеціалізованих спортивних споруд, інвентарю та обладнання, невирішеність проблем пристосування архітектурного середовища, доріг та транспорту, недостатність професійних організаторів і тренерів зі спеціальною освітою, відсутність цільового фінансування фізкультурно-оздоровчої роботи, недостатність науково-методичного та інформаційного забезпечення та інші

Питання для модульного контролю:

1. Охарактеризувати перспективи розвитку адаптивного фізичного виховання.
2. Проаналізувати можливості адаптивного фізичного виховання для людей з обмеженими можливостями.



САМОСТІЙНА РОБОТА № 3 ЗАНЯТТЯ ПО АДАПТИВНОМУ ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННЮ У ВИЩИХ НАЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

Мета: опанувати заняття по адаптивному фізичному вихованню у вищих начальних закладах.

Завдання:

1. Розробити заняття по адаптивному фізичному вихованню у вищих начальних закладах.
2. Проаналізувати відмінні риси методики навчання руховим діям.

Короткий огляд теми:

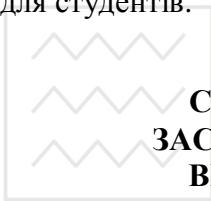
Найбільш затребуваним серед студентів є такий зміст, який дозволить задовольняти їхні потреби з корекції: складу тіла й фігури (шейпінг, аеробіка, гідроаеробіка, рітмічна гімнастика і ін.); психічного стану (танцювальні вправи та засоби танцювальної терапії, психогімнастичні



комплекси, рухові програми, які поєднуються з ментальним тренінгом, елементи рухової пластики тощо), гостроти зору (гімнастика для око рухових м'язів, вправи на офтальмологічних тренажерах та ін.) Один з апробованих і підтверджуючих свою ефективність варіант змісту занять по адаптивному фізичному вихованні зі студентами спеціальних медичних груп наведено в роботі О.Е. Аксьонової (2003).

Питання для модульного контролю:

1. Скласти заняття по адаптивному фізичному вихованні для студентів спеціальних медичних груп.
2. Охарактеризувати традиційні та нетрадиційні оздоровчі технології фізкультурно - спортивної діяльності для студентів.



САМОСТІЙНА РОБОТА № 4
ЗАСОБИ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ ПРИ СЛІПОТІ

Мета: опанувати засоби адаптивного фізичного виховання при сліпоті.

Завдання:

1. Розглянути групи для занять адаптивного фізичного виховання при сліпоті.
2. Дослідити особливістю методики адаптивного фізичного виховання при сліпоті.

Короткий огляд теми:

У роботі з незрячими розрізняють два види орієнтації в просторі: макроорієнтацію (в просторі, який не має обмежень) і мікроорієнтацію (в «малому» просторі, обмеженому зоною дії рук).

Для правильного сприйняття при слабозрячості



необхідно створити певні умови: забезпечити достатню кутову величину об'єктів, контрастність, яскравість, необхідний рівень освітлення.

Заняття АФВ повинні проводитися з використанням тифлологічних пристосувань, поліпшуючих орієнтування незрячих людей і забезпечуючих безпеку під час занять. Важлива точна оцінка тренером (або його помічником) здійснення рухів, передбачених кожною методикою. Введення термінових коректив сприяє більш ефективному навчанню диференціюванню точності рухів в просторі, в часі і по ступеню м'язових зусиль.

Питання для модульного контролю:

1. Охарактеризувати мету, завдання, і засоби фізичного виховання осіб з сліпотою.
2. Обґрунтувати методи навчання спортивній техніці осіб з сліпотою.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 5 МЕТОДИКА НАВЧАННЯ РУХОВИХ ІГОР ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМ ЗОРУ

Мета: опанувати методику навчання рухових ігор дітей з порушенням зору.

Завдання:

1. Визначити особливості розвитку дітей з порушенням зору.
2. Засвоїти корекцію та профілактику для дітей з порушенням зору.

Короткий огляд теми:

В останній час значно збільшилася кількість дітей, які мають відхилення у психічному і фізичному розвитку.

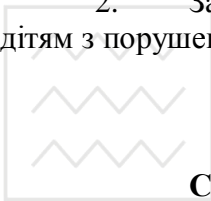


Особливе місце в дитячій патології займає порушення зору, яке може призвести до сліпоти. Тому фізичне виховання таких дітей повинно здійснюватися під постійним лікарським контролем.

Рухливі ігри є найсильнішим засобом всебічного розвитку та виховання сліпих та слабозорих дітей. Ігри повинні бути адаптовані до індивідуальних особливостей сліпого дитини. Важливою умовою організації ігор зі сліпими і слабозорими дітьми є чітка взаємодія батьків, педагогів, реабілітологів та лікарів.

Питання для модульного контролю:

1. Показання і протипоказання до фізичних навантажень для дітей з порушенням зору.
2. Загальні вимоги до проведення рухових ігор дітям з порушенням зору.



САМОСТІЙНА РОБОТА № 6 ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК СЛУХОВОГО Й ВЕСТИБУЛЯРНОГО АПАРАТІВ

Мета: опанувати взаємозв'язок слухового й вестибулярного апаратів.

Завдання:

1. Дослідити взаємозв'язок слухового й вестибулярного апаратів.
2. Розглянути тестування для осіб з порушенням слуху.

Короткий огляд теми:

Взаємозв'язок слухового та вестибулярного аналізаторів прослідковується в тісній анатомічній єдності: периферична частина слухової системи знаходиться в



лабіринті, там же знаходяться периферичні рецептори, які сприймають вестибулярні подразники, що сигналізують про положення тіла в просторі. 8-ма пара черепно-мозкових нервів передає збудження від Корнієвого органу (равлик) містить не тільки слухові волокна, але й вестибулярну гілку. Спостерігається єдність і спільний принцип роботи вестибулярної і слухової систем: перетворення механічних коливань в нервовий імпульс шляхом впливу ендолімфи при переміщенні на нервові закінчення клітин слухового нерву, що розташовані в лабіринті.

Патологічний процес в слуховому аналізаторі змінює не тільки функцію вестибулярного аналізатора, але і функцію кін естетичного аналізатора, який також визначає особливості рухової діяльності глухих.

Питання для модульного контролю:

1. Охарактеризувати слухове сприйняття людини.
2. Проаналізувати тестування при вадах слуху.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 7 ЗАСОБИ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ПРИ ГЛУХОТІ

Мета: дослідити засоби адаптивного фізичного виховання при глухоті.

Завдання:

1. Охарактеризувати загальні відомості адаптивного фізичного виховання при глухоті.



2. Розглянути методика адаптивного фізичного виховання при глухоті.

Короткий огляд теми:

Глухота – повна відсутність слуху або такий його ступінь зниження, при якому розбірливе сприйняття мови стає неможливим. Повна глухота зустрічається рідко. Більшість глухих мають залишки слуху, що дозволяє їм сприймати певні звуки. Такий стан визначають як слабкослухання або туговухість.

У процесі АФВ необхідно розвивати абстрактно-логічне мислення: засобами фізичного виховання навчати дітей виділяти суттєві і несуттєві ознаки предметів або дій і на їхній основі формувати абстрактні поняття; встановлювати узагальнені зв'язки між новими й отриманими раніше знаннями. З цією метою виховання рухової дії об'єднують із процесами мислення: спостереженням, порівнянням, узагальненням, творчістю.

Питання для модульного контролю:

1. Обґрунтувати завдання адаптивного фізичного виховання при глухоті.
2. Охарактеризувати засоби адаптивного фізичного виховання при глухоті.

**САМОСТІЙНА РОБОТА № 8
ПРОТИПОКАЗИ ДО ЗАНЯТЬ З АФВ ПРИ
ВІДХИЛЕННІ РОЗУМОВОГО РОЗВИТКУ**

Мета: охарактеризувати протипокази до занять з АФВ при відхиленні розумового розвитку.



Завдання:

1. Ознайомитися із заняттям адаптивного фізичного виховання при відхиленні розумового розвитку.
2. Визначити завдання та засоби адаптивного фізичного виховання при відхиленні розумового розвитку.

Короткий огляд теми:

Одна з найбільш важливих завдань АФВ при розумовій відсталості – формування нормального алгоритму рухових дій, розвиток рухових умінь.

Особливість методики – доступність. Сприйняття розвивається адекватними впливами на всі сенсорні системи. Оскільки зір забезпечує 90 % всієї зовнішньої інформації, особливу увагу слід звернути на розвиток зорового сприйняття.

Питання для модульного контролю:

1. Охарактеризувати загальні відомості адаптивного фізичного виховання.
2. Обґрунтувати протипокази до занять з адаптивного фізичного виховання при відхиленні розумового розвитку.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 9 МЕТОДИЧНІ ПРИЙОМИ, ЩО ВИКОРИСТОВУЮТЬСЯ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ ПРИ ПОРУШЕННІ ІНТЕЛЕКТУ

Мета: розглянути методичні прийоми, що використовуються в процесі занять фізичними вправами при порушенні в інтелектуальному розвитку.



Завдання:

1. Ознайомитися з фізичними вправами при порушенні інтелекту.
2. Обґрунтувати протипокази до фізичних вправ при порушенні інтелекту.

Короткий огляд теми:

У роботі з людьми при порушенні інтелекту, потрібно долати такі проблеми, як страх перед новими завданнями та відмова від їх виконання, нездатність до зосередженості та психічних навантажень, відсутність позитивного досвіду, низька працездатність, швидка стомлюваність. Програмний матеріал по фізичній культурі включає наступні розділи: ритміка і ритмічна гімнастика, гімнастика, легка атлетика, лижна підготовка, спортивні і рухливі ігри, плавання. Кожен з цього розділів включає численні фізичні вправи, що дозволяють впливати на різні ланки опорно-рухового апарата, м'язові групи, вегетативні системи, коректувати недоліки фізичного розвитку, психіки і поведження. Ті самі вправи можуть використовуватися на уроках фізичного виховання і лікувальної фізичної культури, на рекреаційних і спортивних заняттях.

Питання для модульного контролю:

1. Вказати засоби адаптивної фізичної культури при відхиленні в інтелектуальному розвитку.
2. Обґрунтувати методичні прийоми, що використовуються в процесі занять фізичними вправами при порушенні в інтелектуальному розвитку.



САМОСТІЙНА РОБОТА № 10

КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИВАЮЧА

СПРЯМОВАНІСТЬ АФВ ДІТЕЙ, ЩО МАЮТЬ

ВІДХИЛЕННЯ В ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОМУ РОЗВИТКУ

Мета: опанувати корекційно-розвиваючу спрямованість адаптивного фізичного виховання дітей, що мають відхилення в інтелектуальному розвитку.

Завдання:

1. Розглянути особливості адаптивного фізичного виховання для дітей що мають порушення в інтелектуальному розвитку.

2. Визначити завдання корекційно-розвиваючої роботи для дітей що мають відхилення в інтелектуальному розвитку.

Короткий огляд теми:

Основні напрями корекційно-розвиваючої спрямованості АФВ дітей з відхиленням в інтелектуальному розвитку є формування у них навичок життєдіяльності в соціальному середовищі. Досягненням цієї мети забезпечується розв'язання наступних завдань: соціальна адаптація дітей; корекція порушень розвитку; загальний фізичний розвиток у відповідності з їх можливостями.

У роботі з цією категорією дітей важливо приділяти увагу формуванню у них певного обсягу знань, адекватність поведінки та вміння діяти у конкретних життєвих ситуаціях.

Питання для модульного контролю:

1. Охарактеризувати вплив рухливих ігор на організм дитини що має відхилення у інтелектуальному розвитку.



2. Назвіть особливості організації рухливих ігор для.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 11 МЕТОДИКА АФВ ДІТЕЙ ЯКІ МАЮТЬ ПОШКОДЖЕННЯ ОРА

Мета: опанувати методику адаптивного фізичного виховання дітей які мають пошкодження ОРА.

Завдання:

1. Дослідити мету та завдання адаптивного фізичного виховання при пошкодження ОРА у дітей.
2. Розглянути засоби адаптивного фізичного виховання при пошкодження ОРА у дітей.

Короткий огляд теми:

При достатній компенсації втраченої функції людина може займатися тими видами фізичної діяльності, які їй подобаються. Мета адаптивного фізичного виховання при порушеннях опорно-рухового апарату – це створення бази рухових і психологічних умінь і навичок, які сприяють підвищенню працездатності особистості та її самореалізації у суспільстві.

Задоволення і користь для дітей з порушенням ОРА приносять бадмінтон, баскетбол (на візках), волейбол (сидячи), легка і важка атлетика, плавання, теніс, футбол, танці, шашки, шахи. Перевага повинна надаватися циклічним вправам аеробного характеру, виконання яких сприяє нормалізації процесів обміну й підвищенню загальної витривалості. Плавання – ефективний засіб загартовування, підвищення функціональних можливостей



серцево-судинної і дихальної систем, розвантаження хребта і суглобів.

Питання для модульного контролю:

1. Визначити особливості дітей які мають пошкодження ОРА.
2. Охарактеризувати методику адаптивного фізичного виховання дітей які мають пошкодження ОРА.

**САМОСТІЙНА РОБОТА № 12
СУЧАСНІ ЗАРУБІЖНІ ПІДХОДИ ДО
ОРГАНІЗАЦІЇ ЛІКУВАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ
ДОПОМОГИ ДІТЯМ І ПІДЛІТКАМ З ДЦП**

Мета: визначити сучасні зарубіжні підходи до організації лікувально-педагогічної допомоги дітям і підліткам з ДЦП.

Завдання:

1. Розглянути основні підходи до організації лікувально-педагогічної допомоги дітям і підліткам з ДЦП.
2. Розглянути методики АФВ при різних формах ДЦП.

Короткий огляд теми:

Лікувально-педагогічний процес у дітей та підлітків з ДЦП будується з урахуванням специфіки захворювання. Виділяють основні напрямки корекційно-педагогічної роботи цього віку: розвиток ігрової діяльності; розвиток мовного спілкування з оточуючими; розширення запасу знань і даних про оточення; розвиток сенсорних функцій; розвиток уваги, пам'яті, мислення; формування математичних знань; розвиток уміння рук; виховання



навичок самообслуговування й гігієни; підготовка до школи.

Закордонні автори описують різні моделі організації лікувально-педагогічної допомоги дітям з ДЦП. Так, французи Н. Бота і П. Бота виклали свою систему роботи, де проголошували необхідність кожній дитині максимум рухових досягнень. Угорський вчений А. Пето створив систему кондуктивного навчання, сутністю якої є підготовка до самостійного життя дітей. Автором методики ручної моторики став І. Филипак. Учений звертається до розвитку моторики в онтогенезі.

Питання для модульного контролю:

1. Визначити особливості підходів сучасної зарубіжної організації лікувально-педагогічної допомоги дітям і підліткам з ДЦП.
2. Складіть заняття АФВ для дитини з ДЦП.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 13

ЗАСОБИ ТА МЕТОДИ АФВ ПРИ СТАНАХ ПІСЛЯ АМПУТАЦІЇ

Мета: визначити основні засоби та методи АФВ при станах після ампутації.

Завдання:

1. Розглянути особливості використання засобів АФВ при станах після ампутації.
2. Опанувати методи АФВ при станах після ампутації.

Короткий огляд теми:

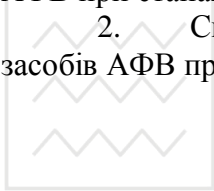
Засоби АФВ: вестибулярне тренування; дихальні вправи; вправи на розслаблення (за методом Ловицької);



на відновлення симетрії плечового пояса, таза і тону м'язів спини; для глибоких і поверхневих м'язів спини: силові; на збільшення амплітуди рухів; на диференціацію м'язових зусиль, які вдосконалюють здатність диференціювати простір; гідроаеробіка; ігри; естафети. Задоволення і користь приносять бадмінтон, баскетбол (на візках), волейбол (сидячи), легка і важка атлетика, плавання, теніс, футбол, танці, шашки, шахи. Перевага повинна надаватися циклічним вправам аеробного характеру, виконання яких сприяє нормалізації процесів обміну й підвищенню загальної витривалості.

Питання для модульного контролю:

1. Охарактеризуйте основні засоби та методи АФВ при станах після ампутації.
2. Складіть комплекс вправ з використання засобів АФВ при станах після ампутації.



Національний університет
водного господарства
та природокористування

САМОСТІЙНА РОБОТА № 14 ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ АФВ ПРИ УРАЖЕННЯХ СПИННОГО МОЗКУ

Мета: визначити особливості використання адаптивного фізичного виховання при ураженнях спинного мозку.

Завдання:

1. Дослідити протипокази використання адаптивного фізичного виховання при ураженнях спинного мозку.
2. Розглянути завдання та засоби адаптивного фізичного виховання при ураженнях спинного мозку.



Короткий огляд теми:

У фізичному вихованні людей з ушкодженням спинного мозку використовуються звичайні принципи і методи розвитку сили: навантаження, індивідуальний підхід; змістовність; послідовність; відпочинок. Для розвитку фізичної сили фізична вправа повинна викликати навантаження, яке становить 50% максимально можливого зусилля, що розвивається.

Правильною вважається техніка, при якій зусилля незначно перевищує вагу штанги (необхідно, щоб вона відривалася від опори плавно). Тривалість вправи повинна бути настільки короткою, щоб її енергетичне забезпечення відбувалося за рахунок анаеробних механізмів, і в той самий час настільки довгою, щоб процеси обміну встигали активізуватися.

Питання для модульного контролю:

1. Обґрунтувати обсяг рухових можливостей при ураженнях спинного мозку.
2. Переваги використання адаптивного фізичного виховання при ураженнях спинного мозку.



РОЗДІЛ 3 РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ

Вид контролю: 7 семестр залік, курсова; 8 семестр іспит

Методи контролю

1. Поточний контроль знань студентів з навчальної дисципліни оцінюється:

участь студентів в обговоренні питань, винесених на лабораторні заняття та проблемних ситуацій; розв'язок ситуаційних вправ; самостійно підготовлені повідомлення студентів за темою лабораторного заняття; на кожному лабораторному занятті проводиться письмове опитування по темі у вигляді визначення п'яти понять або 10 тестів закритої форми з однією правильною відповіддю з 5-ти можливих; оцінюється звіт по ІНДЗ; проведення модульного поточного контролю через навчально-науковий центр незалежного оцінювання.

2. Підсумковий контроль знань – залік відбувається відповідно до Положення про семестровий поточний та підсумковий контроль навчальних досягнень здобувачів вищої освіти (сайт НУВГП).

Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота							Вид контролю	Сума
Змістовий модуль № 1 (7 семестр)								
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	залік	100
14	14	14	14	14	14	16		
Змістовий модуль № 2 (8 семестр)								
T8	T9	T10	T11	T12	T13	T14	іспит	
8	8	8	9	9	9	9	40	100



Шкала оцінювання

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за національною шкалою	
	для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	відмінно	зараховано
82-89	добре	
74-81		
64-73	задовільно	
60-63		
35-59	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни



СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Базова

1. Бріскін Ю. А. Спорт інвалідів: підручник. К. : Олімпійська література, 2006. 124 с.
2. Карпюк Р. П. Термінологія вищої фізкультурної освіти з напрямку «Адаптивне фізичне виховання» : навчальний посібник. Луцьк : Волинська обласна друкарня, 2008. 112 с.
3. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студ. ВНЗ. К.: Олімпійська література, 2008. 393 с.
4. Масаж і лікувальна фізкультура в медицині: підручник. К. : Медицина, 2006. 288 с.
5. Мухін В. М. Фізична реабілітація. К. : Олімпійська література, 2009. 488 с.

Допоміжна

1. Аксенова О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебное пособие; под ред. С. П. Евсеева. М. : Советский спорт, 2004. 296 с.
2. Веневцев С. И. Адаптивный спорт для лиц с нарушениями интеллекта : метод. пособие. 2-е изд., доп. и испр. М. : Советский спорт, 2004. 96 с.
3. Дубровский В. И. Лечебная физическая культура (кинезиотерапия) : учебн. для студ. высш. учеб. Заведений. 2-е изд., стер. М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. 608 с.
4. Епифанов В. А. Лечебная физическая культура и массаж : ученик. М. : ГЭОТАР-МЕД, 2002. 560 с.
5. Ибатов А. Д. Основы реабилитологии: учебное пособие. М. : ГЭОТАР-Медиа, 2007. 160 с.



6. Веневцев С. И. Адаптивный спорт для лиц с нарушениями интеллекта : метод. пособие. 2-е изд. М. : Советский спорт, 2004. 96 с.

7. Лечебная физическая культура : справочник; под ред. проф. В. А. Епифанова. 2-е изд., перераб. и доп. М. : Медицина, 2001. 592 с.

8. Лечебная физическая культура : учебн. для студ. высш. учеб. заведений / С. Н. Попов, Н. М. Валеев, Т. С. Гарасеева и др.; под ред. С. Н. Попова. М. : Издательский центр «Академия», 2004. 416 с.

9. Лобода М. В. Медична реабілітація – перспективи та шляхи її удосконалення. Мед. реабілітація, курортологія, фізіотерапія, 2006. №4. С. 3–5.

10. Лукьянова И. Е. Проблемы развития реабилитационных технологий / И.Е. Лукьянова, В. Г. Суханов, Е. А. Сигида. Пробл. соц. гигиены, здравоохран. и истории медицины. 2007. № 1. С. 36-39.