

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Национальный государственный Университет
физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебно-воспитательной работе
НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург



_____ М.Ю. Щенникова

_____ 2025 г.

ОБЪЕМНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ
для государственной итоговой аттестации
по направлению подготовки
**49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)**

Направленность (профиль) образовательных программ:

Адаптивное физическое воспитание
Лечебная физическая культура
Адаптивный спорт
Физическая реабилитация

на 2025/2026 учебный год

Утверждены на заседании
совета факультета образовательных технологий
адаптивной физической культуры Института АФК
протокол № 13 от «07» мар 2025 г.

Декан ФОТ АФК

А.А. Шелехов

Санкт-Петербург 2025

1. Общие объемные требования

1. Предмет, цель приоритетные задачи адаптивной физической культуры.
2. Характеристика образовательных, воспитательных, оздоровительных задач в адаптивной физической культуре.
3. Характеристика коррекционных, компенсаторных и профилактических задач в адаптивной физической культуре.
4. Характеристика принципов адаптивной физической культуры.
5. Характеристика функций адаптивной физической культуры.
6. Характеристика средств адаптивной физической культуры.
7. Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания, его ведущих функций и принципов.
8. Конкретизация цели и задач адаптивной двигательной рекреации, ее ведущих функций и принципов.
9. Конкретизация цели и задач адаптивного спорта, его ведущих функций и принципов.
10. Конкретизация цели и задач адаптивной физической реабилитации, ее ведущих функций и принципов.
11. Конкретизация цели и задач креативных телесно-ориентированных и экстремальных видов адаптивной физической культуры, их ведущих функций и принципов.
12. Основные опорные концепции теории адаптивной физической культуры («инвалидизма», «социальной полезности инвалидов», «личностно-ориентированная»).
13. Понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «абилитация» «социализация», «образ жизни», «социальная интеграция».
14. Определение понятия «социальная защита инвалидов». Основные задачи и содержание социальной защиты инвалидов. Основные формы социальной защиты инвалидов, их характеристика.
15. Организационно-управленческая структура адаптивной физической культуры в России. Государственные и общественные организации.
16. Адаптивная физическая культура и ее роль в формировании социального статуса инвалида.
17. Характеристика субъекта педагогической деятельности в адаптивной физической культуре. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалида (на примере одной нозологической группы)
18. История развития адаптивного физического воспитания лиц с сенсорными и интеллектуальными нарушениями в России и мире.
19. История развития адаптивного спорта среди лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, нарушением слуха и нарушением зрения
20. История развития адаптивного спорта среди лиц с интеллектуальными нарушениями.
21. Виды классификаций в адаптивном спорте и их краткая характеристика.
22. Основные направления реабилитации, их краткая характеристика. Индивидуальная программа реабилитации и абилитации (ИПРА) и ее значение в организации реабилитационной помощи инвалиду.
23. Междисциплинарная команда специалистов для работы с детьми, имеющими отклонения в развитии; роль и место специалиста по адаптивной физической культуре в этой команде.
24. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов.
25. Характеристика концепции обучения двигательными действиями лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

26. Определение понятия «ориентировочная основа двигательного действия». Особенности её формирования на примере одной нозологической группы.
27. Особенности применения методов обучения двигательным действиям лиц с отклонениями в состоянии здоровья (на примере одной нозологической группы).
28. Применение императивных тренажёров в процессе обучения двигательным действиям лиц ограничениями в состоянии здоровья (на примере одной нозологической группы).
29. Особенности организации и характеристика содержания занятий по креативным (художественно-музыкальным) и экстремальным видам двигательной активности с лицами с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов.
30. Права и льготы инвалидов в медицинском обслуживании, лекарственном обеспечении и санаторно-курортном лечении. Организация протезно-ортопедической помощи инвалидам, права, социальные гарантии.
31. Профессионально-ориентированные виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности, их роль в подготовке специалиста по адаптивной физической культуре.
32. Роль и значение функциональных методов исследования во врачебном контроле. Методы тестирования физической работоспособности.
33. Содержание и особенности деятельности специалиста по адаптивной физической культуре. Требования к профессиональным и личностным качествам специалиста.
34. Технические средства, используемые для оснащения сооружений спортивного назначения с целью обеспечения доступности проведения спортивно-оздоровительной работы с инвалидами.
35. Организация процесса адаптивного физического воспитания в системе образования (нозологическая группа по выбору студента).
36. Адаптивное физическое воспитание лиц пожилого возраста (цель, задачи, формы организации занятий).
37. Методы оценки физического развития, функциональных возможностей и уровня физической подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов (нозологическая группа по выбору студента).
38. Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам у различных нозологических групп (на примере одной нозологической группы).
39. Координационные способности, формы проявления и методы развития. Особенности развития координационных способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору студента).
40. Выносливость, формы проявления и методы развития. Особенности развития выносливости у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов различных нозологических групп (на примере одной нозологической группы).
41. Гибкость, формы проявления и методы развития. Особенности развития гибкости у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов различных нозологических групп (на примере одной нозологической группы).
42. Силовые способности, формы проявления и методы развития. Особенности развития силовых способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов различных нозологических групп (на примере одной нозологической группы).
43. Скоростные способности, формы проявления и методы развития. Особенности развития скоростных способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов различных нозологических групп (на примере одной нозологической группы).
44. Особенности организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре детей с расстройством аутистического спектра.
45. Основные принципы коррекционно-развивающей работы с детьми с задержкой психического развития (ЗПР). Классификация задержек психического развития.
46. Роль и значение основных положений теории Л.С. Выготского для адаптивной физической культуры.

47. Специфика использования вербальных и невербальных методов передачи информации. Особенности коммуникативной деятельности педагога с глухими и слабослышащими детьми на уроке физической культуры.
48. Роль семьи в воспитании ребенка с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалида. Этапы принятия неизбежного, которые проходит семья лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов.
49. Формы организации информационно-образовательной работы с родителями лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов.
50. Личность ребенка с отклонениями в развитии и особенности ее формирования (нозологическая группа по выбору студента).
51. Виды зависимостей. Современные концепции формирования и развития зависимостей.
52. Дайте определение понятию «внутренняя картина болезни». Особенности влияния социальных факторов на формирование внутренней картины болезни.
53. Приведите примеры частных коррекционных задач адаптивной физической культуры и средств для их решения (на примере одной нозологической группы).
54. Приведите примеры частных компенсаторных задач адаптивной физической культуры и средств для их решения (на примере одной нозологической группы).
55. Приведите примеры частных развивающих задач адаптивной физической культуры и средств для их решения (на примере одной нозологической группы).
56. Роль и значение игры в процессе психического развития дошкольника с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалида (на примере одной нозологической группы).
57. Классификация и характеристика основных технологий физкультурно-спортивной деятельности для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов.
58. Перечислите критические ситуации, возникающие на занятиях по адаптивному плаванию и гидрореабилитации (на примере одной нозологической группы). Предложите пути их предупреждения или устранения.
59. Приведите примеры поддержки и страховки при обучении плаванию лиц с поражениями опорно-двигательного аппарата (на примере одного из типов нарушений).
60. Коррекционно-развивающие игры в адаптивной физической культуре. Приведите пример 3-х игр для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов (на примере одной нозологической группы).

2. Объемные требования по направленности (профилю) образовательной программы.

2.1. Объемные требования по направленности (профилю) образовательной программы: Адаптивное физическое воспитание

1. Раскройте содержание и особенности организации адаптивного физического воспитания лиц с нарушением речи.
 2. Междисциплинарное взаимодействие специалистов образовательной организации в процессе адаптивного физического воспитания.
 3. Охарактеризуйте психофизическое развитие детей с различными видами нарушений интеллектуального развития.
 4. Требования к обеспечению безопасности проведения занятий по адаптивной физической культуре в образовательных учреждениях для лиц с сенсорными нарушениями.
 5. Особенности организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре для лиц, относящихся к специальной медицинской группе.
 6. Раскройте понятия «девиантное поведение» и «аддиктивное поведение». Профилактика аддиктивного поведения в процессе адаптивного воспитания (возрастная группа по выбору студента).
 7. Раскройте принцип приоритетной роли микросоциума в процессе адаптивного физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста.
 8. Компенсаторные задачи адаптивной физической культуры (не менее 2-х) и их решение для лиц с сенсорными нарушениями.
 9. Содержание и особенности организации адаптивного физического воспитания лиц с гемипаретической формой детского церебрального паралича (возрастная группа по выбору студента).
 10. Приведите примеры коррекционных задач и средств их решения для лиц с сенсорными нарушениями в зависимости от времени появления нарушения.
 11. Требования к содержанию рабочей программы учебного предмета «Адаптивная физическая культура» в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования.
1. Охарактеризуйте методические приемы, применяемые для развития и активизации речи у детей с нарушением слуха в процессе адаптивного физического воспитания.
 2. Дайте определение понятию «структура дефекта». Приведите пример «структуры дефекта» для одной нозологической группы.
 3. Приведите примеры коррекционных задач для детей с поражением опорно-двигательного аппарата и средств их решения (тип нарушения опорно-двигательного аппарата по выбору).
 4. Приведите примеры развивающих задач для детей с поражением опорно-двигательного аппарата и средств их решения (тип нарушения опорно-двигательного аппарата по выбору).
 5. Особенности развития координационных способностей у детей с последствиями детского церебрального паралича (ДЦП) (форма ДЦП по выбору).
 6. Формирование жизненно необходимых умений и навыков в процесс адаптивного физического воспитания детей с сенсорными нарушениями.
 7. Содержание и особенности организации адаптивного физического воспитания лиц с задержкой психического развития.
 8. Приведите примеры коррекционно-развивающих игр для детей с задержкой психического развития (не менее 3-х).

9. Формирование жизненно необходимых умений и навыков в процессе адаптивного физического воспитания детей с поражением опорно-двигательного аппарата (вид нарушения по выбору).
10. Особенности работы с детьми с кохлеарным имплантом в процессе адаптивного физического воспитания.
11. Охарактеризуйте психофизическое развитие детей с различными видами зрительной патологии.
12. Дайте определение понятию «инклюзия». Особенности организации занятий по адаптивной физической культуре в рамках инклюзивных занятий в образовательных учреждениях.
13. Особенности обучения двигательным действиям лиц с интеллектуальными нарушениями.
14. Особенности организации занятий по адаптивной физической культуре для лиц с сенсорными нарушениями.
15. Раскройте содержание и особенности организации адаптивного физического воспитания лиц с детским церебральным параличом (ДЦП) (форма ДЦП на выбор).
16. Особенности организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре с лицами пожилого и старческого возраста.
17. Дайте определение понятию «адаптивная двигательная рекреация». Перечислите основные отличия адаптивной двигательной рекреации от адаптивного физического воспитания и массового адаптивного спорта.
18. Роль и значение ВФСК ГТО для улучшения качества жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
19. История возникновения и развития ВФСК ГТО для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в Российской Федерации.

2.2 Объемные требования по направленности (профилю) образовательной программы: Лечебная физическая культура

1. Методы оценки эффективности применения лечебной физической культуры.
2. Нормативно-правовые требования для допуска специалиста к проведению занятий по лечебной физической культуре в учреждениях здравоохранения.
3. Режимы двигательной активности, соответствующие периодам лечебной физической культуры в стационаре, санатории и поликлинике.
4. Показания и противопоказания к проведению занятий по лечебной физической культуре. Способы регулирования величины нагрузки на занятиях по лечебной физической культуре.
5. Дайте определение понятию «кинезотерапия». Назовите отличия кинезотерапии от лечебной физической культуры и физической реабилитации.
6. Цели и задачи лечебной физической культуры при заболеваниях сердечно-сосудистой системы в соответствии с этапами восстановления. Требования к дозированию нагрузки.
7. Цели и задачи позднего этапа восстановления при ишемической болезни сердца. Приведите пример упражнений (не менее 3х) для позднего этапа восстановления при ишемической болезни сердца.
8. Гипертоническая болезнь. Классификация гипертонической болезни. Цели и задачи лечебной физической культуры при гипертонической болезни.
9. Средства и методы лечебной физической культуры в профилактике развития гипертонической болезни. Приведите пример упражнений (не менее 3х) для самостоятельных занятий с целью профилактики развития гипертонической болезни.

10. Цели и задачи лечебной физической культуры при бронхиальной астме в подостром и позднем восстановительной этапе. Приведите пример упражнений (не менее 3х) для этих этапов.
11. Цели и задачи лечебной физической культуры при пневмонии лёгких в подостром и позднем восстановительной этапе. Приведите пример упражнений (не менее 3х) для этих этапов.
12. Особенности организации и проведения занятий по лечебной физической культуре для лиц с сахарным диабетом.
13. Особенности организации и проведения занятий по лечебной физической культуре для лиц с метаболическими нарушениями. Приведите примеры дозирования нагрузки.
14. Цели и задачи лечебной физической культуры после переломов трубчатых костей. Этапы восстановления и правила дозировки нагрузки.
15. Цели и задачи лечебной физической культуры при переломе лучевой кости в типичном месте. Приведите пример упражнений (не менее 3х) лечебной физической культуры при переломе лучевой кости.
16. Цели и задачи лечебной физической культуры при переломе бедра. Приведите пример лестницы прогрессии 1 упражнения.
17. Цели и задачи лечебной физической культуры при переломе шейки бедра. Особенности занятий при установке металлоконструкций.
18. Цели и задачи лечебной физической культуры при переломах позвоночника в поясничном отделе на раннем и позднем этапах восстановления. Приведите пример упражнений (не менее 3х).
19. Цели и задачи лечебной физической культуры при грыжах диска позвоночника. Факторы, провоцирующие образования грыж.
20. Цели и задачи лечебной физической культуры при травмах манжеты ротаторов плеча. Приведите пример упражнений (не менее 3х).
21. Цели и задачи лечебной физической культуры при сколиозе 1 и 2 степени. Приведите пример коррекционных упражнений
22. Цели и задачи лечебной физической культуры при сколиозе 3 и 4 степени. Приведите примеры коррекционных упражнений
23. Применение подвесных систем на занятиях лечебной физической культурой. Приведите пример способов увеличения нагрузки (лестница прогрессии упражнения).
24. Отличия упражнений в открытой и закрытой кинематической цепи. Приведите пример упражнений (не менее 3х для каждой цепи).
25. Применение уступающего (эксцентрического) режима сокращения мышц в коррекции нестабильности сустава. Приведите пример упражнений (не менее 3х).
26. Цели и задачи лечебной физической культуры при рассеянном склерозе. Приведите пример лестницы прогрессии 1-го упражнения на коррекцию способности к равновесию.
27. Цели и задачи лечебной физической культуры в работе с лицами с лёгкой и средней степенью тяжести черепно-мозговой травмы. Особенности черепно-мозговой травмы.
28. Цели и задачи лечебной физической культуры при тяжёлой травме головного мозга. Средства лечебной физической культуры для коррекции атаксии.
29. Цели и задачи лечебной физической культуры после острого нарушения мозгового кровообращения на раннем этапе восстановления. Коррекция спастического синдрома.
30. Цели и задачи лечебной физической культуры на раннем этапе травмы спинного мозга. Профилактика трофических язв средствами лечебной физической культуры.

**2.3. Объемные требования
по направленности (профилю) образовательной программы:
Адаптивный спорт**

1. Методы тестирования физической подготовленности и психического состояния спортсменов в адаптивном спорте.
2. Классификация запрещенных допинговых методов и препаратов.
3. Методика развития координационных способностей при подготовке спортсменов-паралимпийцев и ее характерные черты (вид спорта по выбору студента).
4. Планирование и организация тренировочного процесса с учетом сенситивных периодов, этиологии и патогенеза заболевания (вид спорта и нозологическая группа по выбору студента).
5. Отличия деятельности Международных спортивных организаций SOI и VIRTUS.
6. Всемирный антидопинговый кодекс, его краткое содержание.
7. Специфические особенности адаптивного спорта. Роль адаптивного спорта в социализации лиц с ограниченными возможностями здоровья.
8. Особенности работы междисциплинарной команды специалистов, реализующих процесс восстановления спортсменов-паралимпийцев. Роль и место специалиста по адаптивной физической культуре в этой команде.
9. Отличительные черты традиционной модели соревновательной деятельности. Особенности организации соревнований по традиционной модели.
10. Раскройте основные этапы становления и развития адаптивного спорта.
11. Методика развития выносливости в тренировочном процессе спортсменов-паралимпийцев (спортивная дисциплина по выбору студента).
12. Основные меры профилактики применения допинга в спорте в России и за рубежом.
13. Использование тренажеров в подготовке к соревновательной деятельности спортсменов-паралимпийцев.
14. Решение реабилитационных задач в процессе спортивной подготовки по дисциплине адаптивного спорта (дисциплина по выбору).
15. Методика развития скоростных способностей в тренировочном процессе спортсменов-паралимпийцев и ее характерные черты (спортивная дисциплина по выбору студента).
16. Подходы к формированию техники соревновательного действия спортсменов-паралимпийцев. Учет «структуры дефекта» в процессе формирования и совершенствования техники двигательного действия.
17. Ответственность спортсмена, тренера, спортивного врача и иных лиц в случае нарушения антидопинговых правил.
18. Основные характеристики личности спортсмена в адаптивном спорте (потребности, ценностные ориентиры, направленность личности, мотивацию к деятельности, установки, чувства, эмоции).
19. Особенности применения принципов спортивной тренировки для лиц с ограниченными возможностями здоровья.
20. Специфика проблемы допинга в адаптивном спорте.
21. Отличительные черты методики обучения двигательным действиям лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) в процессе спортивной тренировки.
22. Методика развития гибкости при подготовке спортсменов-паралимпийцев и ее характерные черты (спортивная дисциплина по выбору студента).
23. Методика развития силовых способностей в тренировочном процессе спортсменов-паралимпийцев и ее характерные черты (спортивная дисциплина по выбору студента).
24. Планирование и организация тренировочного процесса у лиц с нарушением зрения с учетом особенностей их психофизического развития.
25. Учёт спортивно-функциональной классификации при формировании состава команды и выбора тактики игры в командных дисциплинах адаптивного спорта.

26. Отличительные черты нетрадиционной модели соревнований. Особенности организации соревнований по программе Специальной Олимпиады.
27. Применение немедикаментозных средств восстановления в адаптивном спорте.
28. Профилактика травм и профессиональных заболеваний у спортсменов-паралимпийцев (вид нарушения по выбору). Приведите примеры профилактических упражнений для конкретной спортивной дисциплины.
29. Спортивно-функциональная классификация (на примере дисциплины лиц с поражением опорно-двигательного аппарата).
30. Современные проблемы организации и развития адаптивного спорта в России и за рубежом.

**2.4. Объемные требования
по направленности (профилю) образовательной программы:
«Физическая реабилитация»**

1. Международная классификация функционирования. Учет международной классификации функционирования в процессе постановки целей физической реабилитации.
2. Режимы двигательной активности, соответствующие этапам физической реабилитации в стационаре, в санатории и поликлинике.
3. Перечислите и охарактеризуйте основные формы детского церебрального паралича.
4. Задачи физической реабилитации на стационарном этапе физической реабилитации лиц после инфаркта миокарда. Приведите пример 3 средств для решения указанных задач реабилитации.
5. Задачи физической реабилитации на амбулаторно-поликлиническом этапе физической реабилитации лиц после инфаркта миокарда. Приведите пример 3 средств для решения указанных задач реабилитации.
6. Задачи физической реабилитации на стационарном этапе физической реабилитации лиц перенесших инсульт головного мозга. Приведите пример 3 средств для решения указанных задач реабилитации.
7. Дайте определение понятию «спастический синдром». Назовите причины, усугубляющие спастический синдром. Приведите пример 3 средств коррекции спастического синдрома.
8. Классификация видов реабилитации.
9. Роль специалиста по адаптивной физической культуре в междисциплинарной команде, осуществляющей процесс физической реабилитации.
10. Массаж в физической реабилитации. Методы: классический, сегментарный, соединительнотканый, точечный, баночный.
11. Охарактеризуйте механизм развития компенсаций под воздействием физических упражнений.
12. Раскройте реабилитационный потенциал адаптивного спорта на примере спортивной дисциплины адаптивного спорта (дисциплина по выбору студента).
13. Охарактеризуйте механизм трофического действия физических упражнений.
14. Виды педагогического контроля на занятиях по гидрореабилитации.
15. Задачи физической реабилитации на стационарном этапе физической реабилитации лиц с последствиями травмы спинного мозга. Приведите пример 3 средств для решения указанных задач реабилитации.
16. Раскройте понятие «профилактика». Раскройте значение профилактических воздействий в контексте физической реабилитации лиц с устойчивыми отклонениями в состоянии здоровья.
17. Задачи физической реабилитации на санаторном этапе физической реабилитации лиц с гипертонической болезнью. Приведите пример 3 средств для решения указанных задач реабилитации.

18. Способы коррекции контрактур и тугоподвижностей суставов у детей с последствиями церебрального паралича.
19. Задачи физической реабилитации после ампутации на этапе подготовки к протезированию. Приведите пример 3 средств для решения указанных задач реабилитации.
20. Способы и подходы к дозированию нагрузок в физической реабилитации.
21. Перечислите требования, которые должны учитываться при выборе кресла-коляски для человека с последствиями травмы спинного мозга.
22. Перечислите функциональные пробы сердечно-сосудистой системы. Опишите методику выполнения (на примере одной функциональной пробы).
23. Способы коррекции проявления гиперкинезов у детей с последствиями церебрального паралича. Приведите пример коррекционных упражнений.
24. Понятие «контрактура» и классификация ее видов.
25. Задачи физической реабилитации при сколиозе 1 и 2 степени.
26. Особенности формирования двигательных навыков у детей с последствиями церебрального паралича.
27. Опишите последовательность обучения ходьбе лиц с односторонней ампутацией нижней конечности.
28. Критические ситуации, которые могут возникнуть на занятии по гидрореабилитации детей-инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата. Приведите примеры предупреждения и преодоления данных ситуаций.
29. Способы снижения проявления паталогических рефлексов у детей с последствиями церебрального паралича.
30. Задачи физической реабилитации для лиц с сахарным диабетом. Приведите примеры упражнений физической реабилитации при сахарном диабете (не менее 3-х)

3. Примерная тематика выпускных квалификационных работ

3.1. Примерная тематика выпускных квалификационных работ в соответствии с программой подготовки по направленности (профилю) образовательной программы «Адаптивное физическое воспитание»:

1. Развитие ориентировки в пространстве у детей младшего школьного возраста с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору)
2. Развитие силовых способностей на уроках адаптивного физического воспитания детей старшего школьного возраста с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору).
3. Развитие динамического равновесия у школьников с отклонениями в состоянии здоровья средствами игр с мячом (нозологическая группа по выбору).
4. Развитие координационных способностей у детей среднего школьного возраста с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору).
5. Обучение технике ходьбы детей с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору).
6. Коррекция функционального состояния опорно-двигательного аппарата у детей, перенесших повреждения спинного мозга.
7. Развитие скоростно-силовых способностей у детей с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору).
8. Применение средств танцевальной терапии в работе с детьми с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору).
9. Воспитание морально-волевых качеств у детей с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору) в процессе адаптивного физического воспитания.
10. Применение элементов нетрадиционных оздоровительных технологий в работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору).

3.2. Примерная тематика выпускных квалификационных работ в соответствии с программой подготовки по направленности (профилю) образовательной программы «Лечебная физическая культура»:

1. Применение лечебной физической культуры при остеохондрозе поясничного отдела позвоночника (контингент по выбору).
2. Использование физкультурно-оздоровительной работы для лиц пожилого возраста в центре физической культуры, спорта и здоровья.
3. Разработка методики лечебной физической культуры при ожирении (контингент по выбору).
4. Разработка методики лечебной физической культуры при сахарном диабете второго типа (контингент по выбору).
5. Реабилитация и абилитация в системе адаптивной физической культуры (контингент по выбору).
6. Использование средств лечебной физической культуры при онкологических заболеваниях.
7. Коррекция осанки у детей среднего школьного возраста средствами лечебной физической культуры.
8. Применение средств и методов лечебной физической культуры в восстановлении двигательной активности лиц, перенесших инсульт.
9. Снижение проявления контрактур плечевого сустава средствами лечебной физической культуры (контингент по выбору).
10. Развитие функции внешнего дыхания у детей школьного возраста с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору) средствами подвижных игр.

3.3. Примерная тематика выпускных квалификационных работ в соответствии с программой подготовки с программой подготовки по направленности (профилю) образовательной программы «Адаптивный спорт»:

1. Совершенствование технико-тактической подготовки спортсменов с отклонениями в здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору)
2. Специальная физическая подготовка детей с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору)
3. Применение игрового метода в тренировочном процессе спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору)
4. Предсоревновательная подготовка пловцов с отклонениями в состоянии здоровья (нозологическая группа по выбору)
5. Применение средств восстановления в тренировочном процессе спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору)
6. Обучение тактике командной игры спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору)
7. Социализация спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья (инвалидов) в процессе занятий адаптивным спортом (нозологическая группа по выбору)
8. Развитие функций вестибулярного анализатора у спортсменов с нарушением слуха в процессе занятий избранном виде спорта (вид спорта по выбору)
9. Организация и содержание тренировочного процесса спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору)
10. Особенности тренировочного процесса спортсменов высокой квалификации с отклонениями в состоянии здоровья в избранном виде спорта (нозологическая группа по выбору).

3.4. Примерная тематика выпускных квалификационных работ в соответствии с программой подготовки с программой подготовки по направленности (профилю) образовательной программы «Физическая реабилитация»:

1. Коррекция осанки у лиц с дегенеративно-дистрофическими заболеваниями позвоночника средствами физической реабилитации
2. Улучшение координационного обеспечения лиц с ампутацией нижних конечностей при помощи физических упражнений
3. Развитие тонкой моторики у детей младшего школьного возраста с церебральным параличом в процессе физической реабилитации
4. Восстановление тонкой моторики лиц, перенесших острое нарушение мозгового кровообращения в процессе физической реабилитации
5. Развитие координационных способностей у лиц, перенесших острое нарушение мозгового кровообращения средствами физической
6. реабилитации.
7. Коррекция координационных и статодинамических нарушений средствами физической реабилитации (контингент по выбору)
8. Применение специальных технических средств в процессе физической реабилитации (контингент по выбору)
9. Восстановление функций лучезапястного и локтевого суставов средствами физической реабилитации с включением упражнений на тренажерах (контингент по выбору)
10. Коррекция двигательных нарушений у детей младшего школьного возраста с детским церебральным параличом средствами физической реабилитации.

4. ОФОРМЛЕНИЕ ТЕКСТОВОГО МАТЕРИАЛА ДЛЯ ВЫПУСКНОЙ РАБОТЫ БАКАЛАВРА

- Работа должна быть выполнена печатным способом с использованием компьютера и принтера на одной стороне листа белой бумаги одного сорта формата А4 (210×297 мм).
- Параметры полей: верхнее - 20 мм; правое - 10 мм; левое - 25 мм; нижнее - 20 мм. Абзацный отступ должен быть одинаковым по всему тексту и равен пяти знакам (1,25).
- Шрифт - текстовый редактор Word, шрифт New Roman, размер шрифта – 14.
- Текст набирается через 1,5 интервала.
- Выравнивание основного текста - по ширине.
- Переносы в тексте не допускаются.
- Каждый раздел начинается с новой страницы (оглавление, введение, глава 1, глава 2, глава 3, выводы, список литературы, приложения).
- Точки в конце заголовков и подзаголовков не ставятся. Заголовок отделяется от основного текста сверху и снизу тремя интервалами. Переносить слова в заголовках не допускается.
- Текст должен делиться на абзацы, которыми выделяются относительно обособленные по смыслу части. Абзацный отступ должен быть одинаковым по всему тексту и равен пяти знакам (1,25).
- Нумерация страниц исследовательской работы сплошная. Титульный лист не нумеруется, но включается в общую нумерацию страниц. Цифру, обозначающую порядковый номер страницы, ставят на середине верхнего поля страницы. Нумерация начинается со второй страницы - «Оглавление».
- Разделы должны иметь порядковую нумерацию и обозначаться арабскими цифрами с точкой и записываться в середине строки, например, 1, 2, 3 и т.д. Пункты должны иметь порядковую нумерацию в пределах каждого раздела или подраздела. Номер пункта включает номер раздела, подраздела, пункта и порядковый номер подпункта, разделенные точкой, например, 1.1.1, 1.1.2, 1.1.3 и т.д. Если раздел или подраздел имеет только один пункт, или пункт имеет один подпункт, то нумеровать пункт (подпункт) не следует.
- Буквы греческого алфавита, формулы, отдельные условные знаки допускается вписывать от руки черной пастой или черной тушью. Сейчас все это есть в виде символов.

Оформление таблиц

На все таблицы должны быть ссылки в тексте. Ссылаться на таблицу нужно в том месте текста, где формулируется положение, подтверждаемое или иллюстрируемое ею. При ссылке следует писать слово таблица с указанием её номера.

Таблицы сверху, слева, справа и снизу ограничиваются линиями. Название таблицы должно отражать её содержание, быть точным, кратким. Название таблицы следует помещать над таблицей по левому краю без отступа.

Таблица 2 - Возрастная динамика спортивных результатов сильнейших бегунов мира на дистанциях 100 и 200 м,

Квалификация	Мужчины			Женщины		
	Возраст М±σ	Результат		Возраст М±σ	Результат	
		100 м	200 м		100 м	200 м
III	14,6±0,5	11,86	24,20	13,7±0,5	13,7	27,75
II	15,4±1,0	11,21	23,02	14,5±1,0	12,67	26,48
I	16,3±1,0	10,84	22,04	15,3±1,0	12,22	25,24
КМС	17,6±1,0	10,51	21,35	16,56±1,0	11,81	24,37
МС	18,5±1,0	10,23	20,87	18,5±1,0	11,36	23,30

Таблицы следует нумеровать арабскими цифрами сквозной нумерацией в пределах всей ВКР. Слева над таблицей размещают слово «Таблица», после него приводят номер таблицы, точку после номера не ставят, наименование таблицы записывают с прописной буквы после её номера, отделяя от него тире. Точку после наименования таблицы не ставят.

Таблицу с большим количеством строк допускается переносить на другой лист (страницу). В этом случае пишут: «продолжение таблицы» либо «окончание таблицы» и указывают номер таблицы, например, «Продолжение таблицы 1», либо «Окончание таблицы 1». Допускается применять размер шрифта в таблице меньший, чем в тексте (12 пт).

Оформление графического материала

Иллюстрации (чертежи, графики, схемы, диаграммы, фотоснимки, рисунки) следует располагать в работе непосредственно после текста, в котором они упоминаются впервые, или на следующей странице, если в указанном месте они не помещаются.

Иллюстрации могут быть в компьютерном исполнении, в том числе и цветные. На все иллюстрации должны быть даны ссылки в тексте ВКР. Иллюстрации, за исключением иллюстраций приложений, следует нумеровать арабскими цифрами сквозной нумерацией в пределах всей работы.

Иллюстрации должны иметь названия, которые помещают под иллюстрацией по центру (например, Рисунок 1 – Название рисунка).

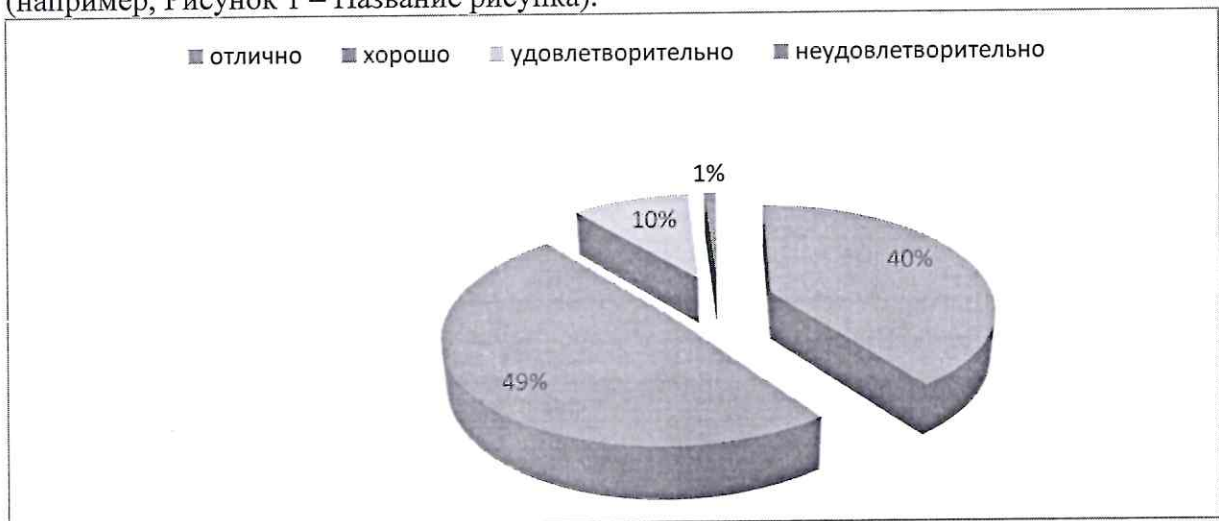


Рисунок 1 – Распределение ответов в опросе

После названия рисунка можно поместить поясняющие данные (примечания).

Оформление приложений

Приложения – это материал, который дополняет основной текст диссертации. Их цель – избежать излишней нагрузки текста различными аналитическими, расчетными, статистическими и иллюстративными и технологическими материалами, которые не содержат основную информацию. Каждое приложение начинается с новой страницы, имеет буквенное обозначение и заголовок. Не используются буквы Ё, З, Й, О, Ч, Ь, Ы, Ъ. Допускается использование букв латинского алфавита, за исключением букв I и O. В тексте ВКР обязательно должны быть ссылки на приложение (например, Приложение А).

Оформление ссылок в тексте работы

ГОСТ Р 7.0.5—2008 «Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Библиографическая ссылка. Общие требования и правила составления»

Библиографические ссылки – это библиографические описания источников цитат, заимствований, а также произведений печати.

Примеры внутритекстовых библиографических ссылок

Первичная внутритекстовая ссылка

(Зеличенко В. Б., Никитушкин В. Г., Губа В. П. Легкая атлетика: критерии отбора. М. : Терра-Спорт, 2000. 240 с.) или (Зеличенко В. Б., Никитушкин В. Г., Губа В. П. Легкая атлетика: критерии отбора. М., 2000)

Повторная внутритекстовая ссылка

(Зеличенко В. Б., Никитушкин В. Г., Губа В. П. Легкая атлетика. С. 125)

Примеры подстрочных библиографических ссылок

Подстрочная ссылка

¹ Ефременков К. Н. Олимпийское образование: теория и методика: монография. Смоленск, 2011. 131 с.

¹ Сайкина Е. Г., Смирнова Ю. В. Требования к подбору музыкального сопровождения занятий фитнесом // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2008. № 4 (38). С. 68–71.

² Гавердовский Ю. К. Обучение спортивным упражнениям // Наука о спорте: энциклопедия систем жизнеобеспечения. М., 2011. С. 205–245.

При последовательном расположении первичной и повторной ссылок, текст повторной ссылки заменяют словами «Там же»

⁴ Кириллова Н. П. [и др.]. Изучение адаптационно-иммунных параметров у спортсменов с кожной патологией // Там же. № 6 (88). С. 62–66.

Примеры затекстовых библиографических ссылок

В тексте: «Вопрос об эстетических показателях исполнительского мастерства в гимнастических видах спорта подробно разработан в статье Р.Н. Терехиной, И.А. Винер, Л.И. Турищевой, М.Э. Плехановой»⁵⁹.

В затекстовой ссылке:

⁵⁹ Терехина Р. Н. [и др.]. Эстетические показатели исполнительского мастерства в гимнастических видах спорта // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2008. № 11 (45). С. 98–101.

Оформление списка литературы в тексте работы

Список литературы в конце текста оформляется в соответствии с ГОСТ 7.0.100—2018 «Система стандартов по информации, библиотечному и издательскому делу. Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления».

Список литературы должен включать библиографические записи на документы, использованные автором при работе над темой.

Список должен быть размещен в конце основного текста. Рекомендуется следующий способ группировки библиографических записей: алфавитный. При алфавитном способе группировки все библиографические записи располагают по алфавиту фамилий авторов или первых слов заглавий документов. Библиографические записи произведений авторов-однофамильцев располагают в алфавите их инициалов.

При наличии в списке литературы на других языках, кроме русского, образуется дополнительный алфавитный ряд, который располагают после изданий на русском языке, с продолжающейся нумерацией.

Обратите внимание на следующее уточнение: В ГОСТе написано так: «Фамилия приводится в начале заголовка и, как правило, отделяется от инициалов запятой». Необходимо соблюдать единообразие: либо ставить запятую после фамилии во всех описаниях, либо не ставить нигде.

Примеры описаний в списке литературы

1. Алексеев, К. А. Спортивная журналистика : учеб. пособие / К. А. Алексеев, С. Н. Ильченко. – Москва : Юрайт, 2012. – 427 с. – ISBN 978-5-9916-2945-4.
2. Альмяшкина, О. А. Специфика подачи спортивной информации на телевидении и в печатном издании // Наука и современность. – 2012. – № 16. – С. 14–21.
3. Бишаева, А. А. Физическая культура : учебник по дисциплине "Физическая культура" для студентов, обучающихся по направлению "Педагогическое образование" / А. А. Бишаева, В. В. Малков. – Москва : Кнорус, 2016. – 311 с. : ил. – (Бакалавриат). – ISBN 978-5-406-04558-9.
4. Воронков, П. Спортивная пресса как тип. Москва, 2006. – URL: http://zhurnal.lib.ru/w/woronkow_p/sport (дата обращения: 22.05.2022).
5. Кабачков, В. А. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи / В. А. Кабачков, С. А. Полиевский, А. Э. Буров. – Москва : Советский спорт, 2010. – 296 с. – ISBN 978-5-9718-0453-6.
6. Курьсь, В. Н. Биомеханика. Познание телесно-двигательного упражнения : учебное пособие / В. Н. Курьсь. – Москва : Советский спорт, 2013. – 367 с. : ил. – ISBN 978-5-9718-0629-5.
7. Михайлов, С. С. Спортивная биохимия : учебное пособие по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / С. С. Михайлов. – Санкт-Петербург : Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, 2014. – 148 с. : ил.
8. О физической культуре и спорте в Российской Федерации (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.05.2018) : Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 18.04.2018). – URL: <http://www.consultant.ru/document/> (дата обращения: 21.05.2022).
9. Специальные виды туристской деятельности. Профессионально-прикладной туризм в физической культуре студентов : учебник / В. И. Григорьев, А. В. Иванов, Ю. Ф. Курамшин [и др.]. – Санкт-Петербург : Копи-Р, 2010. – 511 с. : ил. – ISBN 978-5-904718-07-7.
10. Юсупов, Ш. Р. Эволюции языка спортивной журналистики. Перспективы и ограничения // Теория и практика физической культуры. – 2016. – № 11. – С. 57–59.
11. Якимович, В. С. Культура в мире спорта : монография / В. С. Якимович. – Москва, 2006. – 126 с. – ISBN 978-5-9336-2335-4.
12. Bedeski, R. The Transformation of South Korea: Reform and Reconstruction in the Sixth Republic under Roh Tae Woo, 1987-1992 / Bedeski R. – Padstow, 1994. – 113 p.
13. Spry, D. New Media in Korea and Japan: Emergent Trends / Spry D. – London, 2015. – 220 p.
14. The influence of menstruation on training schedules in well-trained and elite female mountain bike, road and cyclocross athletes. DOI: 10.37393/JASS.2023.02.6 / Aitkenhead R., Kirkwood L., FloridaJames G., Ingram-Sills L. // Journal of Applied Sports Sciences. – 2023. – Vol. 2. – P. 62–75.

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ
ИМЕНИ П.Ф. ЛЕСГАФТА, САНКТ-ПЕТЕРБУРГ»

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

ПЕТРОВ АНДРЕЙ АЛЕКСАНДРОВИЧ

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ПАУЭРЛИФТИНГУ В
ГРУППАХ НАЧАЛЬНОГО УРОВНЯ ДЛЯ ЛИЦ С ПОРАЖЕНИЕМ
ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Выпускная квалификационная работа
(квалификационная работа бакалавра)

Направление подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль) образовательной программы:
Адаптивное физическое воспитание

Представляется для защиты в ГЭК

Зав. кафедрой _____

Защищена на ГИА _____
(дата)

С оценкой _____

Председатель ГЭК _____

Научный руководитель:

А.А. Иванов, канд.пед.наук,
доцент

Научный консультант:

В.В. Ветров, д-р пед. наук,
профессор
(при наличии)

Санкт-Петербург

20 ____