

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТРАЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ
И ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ КАДРОВ»
(АНО ДПО «ЦАППК»)**

ИНН/КПП 7813664723/781301001, ОГРН 1227800096226,
Юридический адрес: 197022, г. Санкт-Петербург, вн.тер.г. Муниципальный округ Аптекарский
остров, ул. Ординарная, д. 21, литера А, пом. 6-Н, 7-Н, оф. 4А, раб. место № 4

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**«Адаптивная физическая культура для детей с тяжелыми и
множественными нарушениями развития»**

Общая трудоемкость
72 академических часа

Форма обучения
Заочная

Санкт-Петербург

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 24 марта 2025 г. №266 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

4. Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 07.08.2025 № 484н).

1.2. Цель реализации программы и планируемые результаты обучения

Цель: совершенствование профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности в сфере физкультурно-спортивного воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья, в том числе инвалидов в рамках имеющейся квалификации.

В процессе освоения программы обучающийся:

совершенствует следующие общепрофессиональные компетенции в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура):

ОПК-1 Способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья

ОПК-3 Способность обосновывать выбор наиболее эффективных методов обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием специальных знаний и способов их рационального применения в специальных медицинских группах в организациях

общего и среднего профессионального образования

получает следующие профессиональные компетенции в соответствии с профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту»:

ПК 1.1 Способность проведения мероприятий (занятий) со школьниками по физическому воспитанию.

Планируемые результаты обучения по программе:

Имеющаяся квалификация (требования к слушателям): 1) лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; 2) лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.		
Практический опыт	Умения	Знания
ПК 1.1 Способность проведения мероприятий (занятий) со школьниками по физическому воспитанию		
Проведение мероприятий	• характеризовать особенности физического сопровождения	• общую характеристику и особенности физического

(занятий) со школьниками по физическому воспитанию	детей с ТМНР; • организовывать и проводить занятия по адаптивной физической культуре; • разрабатывать планы и проводить занятия по программам адаптивного физического воспитания детей с ТМНР	сопровождения детей с ТМНР; • содержание процесса организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре; • сущность программ по адаптивному физическому воспитанию детей с ТМНР
--	---	--

Планируемые результаты обучения по программе соответствуют выполняемым трудовым действиям, входящим в профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту»:

Обобщенные трудовые функции	Трудовые функции, реализуемые после обучения	Код	Трудовые действия
Организация учебно-тренировочного процесса детей-инвалидов и лиц с ОВЗ школьного возраста в рамках реализации дополнительных общеразвивающих программ	Проведение мероприятий (занятий) по физическому воспитанию школьников	В/02.6	Проведение мероприятий (занятий) со школьниками по физическому воспитанию

1.3. Категория обучающихся

К освоению программы допускаются лица, имеющие/получающие образование из перечня профессий СПО/специальностей СПО и перечня направлений/специальностей ВО.

1.4. Форма обучения: заочная.

1.5. Срок освоения программы

Срок освоения программы составляет 72 часа.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№п п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкость, в	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуточной и итоговой аттестации (ДЗ, З) ¹
			Лекции	Тестирование	Практические занятия	

¹ ДЗ – дифференцированный зачет, З – зачет

		акад. часов				
I Модуль. Общая характеристика и особенности физического сопровождения детей с ТМНР						
1	Понятие и классификация сложных нарушений развития	8	4	1	3	3
2	Психофизические особенности детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития	5	4	1		
3	Повседневная двигательная активность и программа физического сопровождения детей с ТМНР	7	6	1		
II Модуль. Процесс организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре						
4	Организация и проведение занятий по адаптивной физической культуре для детей с ТМНР	12	7	1	4	3
5	АФК для обучения детей с тяжелой и глубокой умственной отсталостью	8	7	1		
III Модуль. Программы по адаптивному физическому воспитанию детей с ТМНР						
6	Программы по адаптивному физическому воспитанию детей с ТМНР (1-9 кл)	13	7	1	5	3
7	Программа по адаптивному физическому воспитанию детей с ТМНР (1-4 кл)	8	7	1		

8	АФК в домашних условиях	7	6	1		
Итоговая аттестация		4				Итоговое тестирование
ИТОГО		72				

2.2. Календарный учебный график

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкость, в акад. час.	Учебные недели
1	I Модуль. Общая характеристика и особенности физического сопровождения детей с ТМНР	20	1
2	II Модуль. Процесс организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре	20	2
3	III Модуль. Программы по адаптивному физическому воспитанию детей с ТМНР	28	3
	Итоговая аттестация	4	4

2.3. Рабочие программы разделов, дисциплин (модулей)

Наименование разделов, дисциплин (модулей) и тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
I Модуль. Общая характеристика и особенности физического сопровождения детей с ТМНР		
Тема 1. Понятие и классификация сложных нарушений развития	Лекция/4 часа	Понятие и классификация сложных нарушений развития. Содержание классификации
	Тестирование /1 час	
Тема 2. Психофизические особенности детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития	Лекция/4 часа	Психологические особенности детей со сложными нарушениями. Создание оптимальной среды для жизни и развития ребенка с ТМНР. Установление коммуникации
	Тестирование /1 час	
Тема 3. Повседневная двигательная активность и программа физического сопровождения детей с ТМНР	Лекция/6 часов	Повседневная двигательная активность и программа физического сопровождения детей с ТМНР. Особенности планирования физического сопровождения детей с ТМНР
	Тестирование /1 час	
	Практическое занятие/3 часа	Выполните задание: Составьте тематический план физического сопровождения детей с ТМНР в любой удобной для Вас форме (на любой срок).
II Модуль. Процесс организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре		

Тема 4. Организация и проведение занятий по адаптивной физической культуре для детей с ТМНР	Лекция/7 часов	Организация и проведение занятий по адаптивной физической культуре для детей с ТМНР. Содержание занятий по развитию двигательной активности
	Тестирование /1 час	
Тема 5. АФК для обучения детей с тяжелой и глубокой умственной отсталостью	Лекция/7 часов	АФК для обучения детей с тяжелой и глубокой умственной отсталостью. Содержание занятий по АФК для обучения детей с тяжелой и глубокой умственной отсталостью
	Тестирование /1 час	
	Практическое занятие /4 часа	Выполните задание: Составьте конспект первого занятия по АФК для обучения детей с тяжелой и глубокой умственной отсталостью в любой удобной для Вас форме.
III Модуль. Программы по адаптивному физическому воспитанию детей с ТМНР		
Тема 6. Программы по адаптивному физическому воспитанию детей с ТМНР (1-9 кл)	Лекция/7 часов	Программы по адаптивному физическому воспитанию детей с ТМНР (1-9 кл). Содержание занятий по АФК для обучения детей 5-го класса с ТМНР
	Тестирование /1 час	
Тема 7. Программа по адаптивному физическому воспитанию детей с ТМНР (1-4 кл)	Лекция/7 часов	Программа по адаптивному физическому воспитанию детей с ТМНР (1-4 кл). Содержание занятий по АФК для обучения детей 1-го класса с ТМНР
	Тестирование /1 час	
Тема 8. АФК в домашних условиях	Лекция/6 часов	АФК в домашних условиях. Содержание занятий по АФК в домашних условиях
	Тестирование /1 час	
	Практическое занятие /5 часов	Выполните задание: Составьте рекомендации для родителей для АФК в домашних условиях (в любой удобной для Вас форме).
Итоговая аттестация	Итоговое тестирование /4 часа	

3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

3.1. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

В процессе обучения используется тестирование как форма текущего контроля успеваемости.

Формой промежуточной аттестации по разделам, дисциплинам (модулям) программы является зачет и (или) дифференцированный зачет.

Промежуточная аттестация включает в себя прохождение тестирования и выполнение практического задания. Время, отведенное на прохождение промежуточной аттестации, входит в общую трудоемкость освоения разделов, дисциплин (модулей) и проводится в форме, указанной в учебном плане.

3.2. Формы итоговой аттестации

Итоговая аттестация по программе повышения квалификации предназначена для комплексной оценки уровня знаний обучающегося с учетом целей обучения для установления соответствия уровня знаний обучающегося квалификационным требованиям; для рассмотрения вопросов о предоставлении обучающемуся по результатам обучения права выдачи удостоверения о повышении квалификации.

Итоговая аттестация проводится в форме итогового тестирования по программе обучения, включающего вопросы всех разделов, дисциплин (модулей).

3.3. Критерии оценки результатов освоения образовательных программ

Результаты промежуточной аттестации за освоение обучающимся разделов, дисциплин (модулей) программы оцениваются по стобалльной шкале в следующем соотношении:

- по результатам тестирования на освоение раздела, дисциплины (модуля) – максимально 70 баллов;
- практическое задание по итогам освоения раздела, дисциплины (модуля) – максимальное количество суммарно за все практические задания в разделе, дисциплине (модуле) – 30 баллов.

Количество баллов по стобалльной системе	Результат аттестации в форме «зачет»
81-100	«зачтено»
61-80	«зачтено»
51-60	«зачтено»
50 и менее	«не зачтено»

По результатам итоговой аттестации выставляются отметки в соответствии со следующими критериями оценивания:

Количество баллов по стобалльной системе	Отметка по четырехбалльной системе
91-100	«отлично»
81-90	«хорошо»
70-80	«удовлетворительно»
менее 70	«неудовлетворительно»

Оценка результатов освоения образовательных программ осуществляется Итоговой аттестационной комиссией в соответствии со следующими критериями:

- отметка «отлично» выставляется обучающемуся, показавшему полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), всестороннее и глубокое изучение литературы;
- отметка «хорошо» выставляется обучающемуся, показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему несущественные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий;
- отметка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, показавшему частичное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, сформированность не в полной мере новых компетенций и

профессиональных умений для осуществления профессиональной деятельности;

- отметка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, не показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

3.4. Оценочные материалы

Оценочные материалы по программе повышения квалификации размещены на платформе СДО и включают следующие оценочные средства: задания в тестовой форме, практическая работа.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной и итоговой аттестации

1. В каком случае можно использовать переднеопорный вертикализатор?

Выберите один ответ:

1. Если ребенок хорошо держит голову
2. Если ребенок плохо контролирует голову
3. В любом случае

2. Как можно разделить глухих умственно отсталых детей?

Выберите один или несколько ответов:

1. Глухих с выраженной умственной отсталостью
2. Глухих с легким отставанием в умственном развитии и т. д.
3. Слепых с остаточными явлениями ДЦП

3. Дети какой группы имеют тяжёлые опорно-двигательные нарушения неврологического генеза (сложные формы ДЦП, спастический тетра парез, гиперкинез и т.д.) и, как следствие, полную или почти полную зависимость от посторонней помощи в передвижении, самообслуживании и предметной деятельности?

Выберите один ответ:

1. Первой
2. Второй
3. Третьей

4. С какой продолжительностью рекомендуется проводить индивидуальные занятия не реже трех раз в неделю?

Выберите один ответ:

1. 20 минут
2. 30 минут
3. 40 минут

5. Каковы принципы планирования урока?

Выберите один или несколько ответов:

1. Резкое повышение нагрузки и переход к активным упражнениям в конце урока

2. Чередование различных видов упражнений
3. Подбор упражнений, соответствующих возрасту и развитию учащихся

6. Какое поведение может свидетельствовать о том, что ребенок устал находиться в данной позе, ему необходимо помочь ее сменить?

Выберите один или несколько ответов:

1. Появление беспокойства
2. Нарастание тонуса
3. Крик и плач
4. Отказ от активности

7. Как можно подразделить детей по времени наступления нарушений?

Выберите один ответ:

1. Детей с одновременно и разновремено наступившими сложными нарушениями
2. Дети с врожденным или рано приобретенным дефектом; дети, у которых проявилось нарушение в младшем возрасте; дети с нарушением, приобретенным в старшем дошкольном возрасте

8. Сколько времени длится третий период программы индивидуального маршрута развития?

Выберите один ответ:

1. Два месяца
2. Три месяца
3. Четыре месяца

9. У какой части Программы основная цель – способствовать поддержанию/увеличению объема движений в суставах?

Выберите один ответ:

1. Развитие чувства ритма
2. Развитие моторной ловкости
3. Развитие гибкости

10. Что относится к воспитательным задачам программы?

Выберите один ответ:

1. Активация защитных сил организма ребенка
2. Обогащение словарного запаса
3. Воспитание в детях чувства собственной свободы

Примеры заданий для практической работы

1. Выполните задание:

Составьте тематический план физического сопровождения детей с ТМНР в любой удобной для Вас форме (на любой срок).

2. Выполните задание:

Составьте рекомендации для родителей для АФК в домашних условиях (в любой удобной для Вас форме).

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-технические условия реализации программы

Образовательная организация располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию образовательной программы и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

4.2. Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося (потребителя образовательной услуги)

Рекомендуемая конфигурация компьютера:

- Разрешение экрана от 1280x1024
- Pentium 4 или более новый процессор с поддержкой SSE2
- 512 Мб оперативной памяти
- 200 Мб свободного дискового пространства
- Современный веб-браузер актуальной версии (Firefox 22, Google Chrome 27, Opera 15, Safari 5, Internet Explorer 8 или более новый).

4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Образовательная организация обеспечена электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем разделам, дисциплинам (модулям) программы. Образовательная организация также имеет доступ к электронным образовательным ресурсам (ЭОР). Образовательная организация имеет удаленный доступ ЭБС «Университетская библиотека онлайн» (<http://www.biblioclub.ru/>).

При реализации программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в Образовательной организации созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

- электронные информационные ресурсы
- электронные образовательные ресурсы
- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Электронная информационно-образовательная среда Образовательной организации обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

1. Планирование образовательного процесса.
2. Размещение и сохранение материалов образовательного процесса.

3. Фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы.
4. Контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет.
5. Проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

Список информационных источников и литературы

1. Актуальные проблемы адаптивной физической культуры и спорта: материалы научно-практической конференции с международным участием (VIII фестиваль по адаптивной физической культуре) / Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 458 с.: табл., граф. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573721> (дата обращения: 08.04.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-115-8. – Текст: электронный.
2. Актуальные проблемы адаптивной физической культуры и спорта: материалы научно-практической конференции с международным участием (VII фестиваль по адаптивной физической культуре) / Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2018. – 272 с.: табл., граф. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573720> (дата обращения: 08.04.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-093-9. – Текст: электронный.
3. Актуальные проблемы адаптивной физической культуры и спорта: материалы научно-практической конференции (VI фестиваль по адаптивной физической культуре) / Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – 233 с.: табл., граф. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573719> (дата обращения: 08.04.2026). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
4. Актуальные проблемы адаптивной физической культуры и спорта: материалы научно-практической конференции (V фестиваль по адаптивной физической культуре) / Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. – 441 с.: табл., граф., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573717> (дата обращения: 08.04.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-062-5. – Текст: электронный.
5. Казызаева, А. С. Особенности занятий аквааэробикой с различным контингентом: учебное пособие: [16+] / А. С. Казызаева, О. Б. Галеева; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2012. – 187 с.: ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274598> (дата обращения: 08.04.2026). – Библиогр.: с. 160-165. – Текст: электронный.

6. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник: [12+] / авт.-сост. О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев; под общ. ред. С. П. Евсеева. – Москва: Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367> (дата обращения: 08.04.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-18-3. – Текст: электронный.

4.4. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы повышения квалификации обеспечивается педагогическими работниками, требование к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

Актуализация дополнительной профессиональной программы

№ пп	Содержание изменений	Раздел, в который вносятся изменения и дополнения	Дата внесения изменений
1	<p>Актуализация с учетом Приказа Министерства науки и высшего образования от 24.03.2025 № 266 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам";</p> <p>Актуализация с учетом профессионального стандарта «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 07.08.2025 № 484н)</p>	1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы	08.04.2026