



АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УНИВЕРСИТЕТ ВАЛДАЙ»

РАЗРАБОТЧИК

Ректор Университета Валдай



/В.В. Клевцов/

«_20_» _____ февраля _____ 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«Реабилитационные технологии в адаптивном спорте»

Дополнительная профессиональная программа
«Адаптивная физическая культура или адаптивный спорт (углубленная подготовка)»

г. Великий Новгород

Наименование учебной дисциплины: Реабилитационные технологии в адаптивном спорте.

Цель освоения учебной дисциплины (цель дисциплины): достижение запланированных результатов освоения образовательной программы - формирование установленных в образовательной программе компетенций.

Задачи освоения учебной дисциплины (задачи дисциплины): достижение запланированных в настоящей рабочей программе результатов освоения дисциплин - приобретение обучающимся запланированных знаний, умений, навыков.

Планируемые результаты освоения учебной дисциплины

Обучающийся должен формировать следующие результаты освоения дисциплины (планируемые результаты обучения) «Реабилитационные технологии в адаптивном спорте» (коды формируемых компетенций): ПК-633.

Индикаторы достижения компетенций

Результаты обучения для настоящей дисциплины соотносятся со следующими индикаторами достижения компетенций Индикаторы достижения компетенции

На уровне знаний:

Знание теоретических основ и принципов спортивной реабилитации, адаптированных для лиц с различными нозологиями (поражение опорно-двигательного аппарата, нарушение зрения, интеллектуальные нарушения). Знание классификации, функциональных возможностей и принципов работы современных реабилитационных технологий и технических средств (ТСР) в адаптивном спорте. Знание медико-биологических и психофизиологических особенностей организма спортсменов с инвалидностью и их влияния на выбор реабилитационных стратегий. Знание методов и критериев оценки функционального состояния, физической работоспособности и реабилитационного потенциала спортсмена-паралимпийца. Знание нормативно-правовой базы, этических принципов и стандартов безопасности при применении реабилитационных технологий в тренировочном и соревновательном процессах.

На уровне умений:

Умение проводить комплексную оценку функционального состояния спортсмена с ОВЗ, используя современные диагностические комплексы и методики. Умение разрабатывать индивидуальные программы реабилитации и абилитации с применением цифровых технологий, направленные на восстановление, коррекцию и развитие физических качеств. Умение подбирать и адаптировать технические средства реабилитации и ассистивные устройства в соответствии с индивидуальными потребностями спортсмена и спецификой вида спорта. Умение осуществлять мониторинг и анализ данных, полученных с помощью реабилитационного оборудования (ЭМГ, стабилметрия, видеоанализ), для оценки динамики состояния и коррекции тренировочного процесса. Умение эффективно взаимодействовать со спортсменом, тренером, врачом и другими специалистами междисциплинарной команды для достижения общих реабилитационных целей.

На уровне навыков:

Навык самостоятельного ведения реабилитационного процесса спортсмена в адаптивном спорте: от первичной диагностики до полного восстановления или достижения целевых показателей. Навык практической работы с высокотехнологичным оборудованием, включая настройку систем с биологической

обратной связью (БОС), калибровку VR/AR-тренажеров и интерпретацию их данных. Навык оперативной коррекции реабилитационной программы на основе анализа текущих данных и обратной связи от спортсмена, в том числе в условиях тренировочных сборов и соревнований. Навык обучения спортсмена и тренерского состава правилам безопасного и эффективного использования персонализированных технических средств и реабилитационных методик. Навык критического анализа и внедрения в практику инновационных реабилитационных технологий и методик, основанных на принципах доказательной медицины.

Объем (трудоемкость) учебной дисциплины (в академических часах): 72.

Структура учебной дисциплины:

Лекционные занятия (академических часов): 6

Практические занятия (академических часов): 2

Самостоятельная работа (академических часов): 64

Тематический план учебной дисциплины (содержание учебной дисциплины)

Тема № 1: Основы адаптивного спорта и реабилитации: цели, задачи, классификации

Тема № 2: Медико-биологические и психолого-педагогические характеристики лиц с ОВЗ

Тема № 3: Средства и методы физической реабилитации в тренировочном процессе

Тема № 4: Технические средства реабилитации и адаптивный спортивный инвентарь

Тема № 5: Психологическая реабилитация и сопровождение спортсменов-адаптивников

Тема № 6: Особенности реабилитационных мероприятий при различных нозологиях

Тема № 7: Гидрореабилитация и ее применение в адаптивном спорте

Тема № 8: Профилактика травматизма и восстановление после спортивных нагрузок

Тема № 9: Инновационные технологии в реабилитации (VR, роботизированные системы, биомеханика)

Тема № 10: Проектирование индивидуальных программ реабилитации и их интеграция в подготовку спортсмена

Текущий контроль

Форма текущего контроля по учебной дисциплине: Тестирование.

Примеры заданий:

Задание: Какая из перечисленных задач является ключевой для адаптивного спорта и реабилитации в целом?

- Достижение максимальных спортивных результатов любой ценой

- Изоляция лиц с ОВЗ в отдельные спортивные группы

+ Социальная интеграция, повышение качества жизни и реализация потенциала личности через двигательную активность

- Исключительно медицинское восстановление утраченных функций организма
- Подготовка спортсменов только для участия в Паралимпийских играх

Задание: Что является основополагающим принципом при учете медико-биологических и психолого-педагогических характеристик лиц с ОВЗ в тренировочном процессе?

- Применение одинаковых нагрузок для всех спортсменов с одним и тем же диагнозом
- Игнорирование психологического состояния спортсмена в пользу физических показателей
- + Индивидуальный подход, основанный на нозологии, степени нарушения функций, функциональном классе и личностных особенностях
- Фокусировка внимания тренера исключительно на ограничениях, а не на сохранных возможностях спортсмена
- Использование стандартной программы подготовки здоровых спортсменов с небольшими изменениями

Задание: Какой метод физической реабилитации направлен на восстановление или компенсацию двигательных функций с помощью специально подобранных физических упражнений?

- Психотерапия
- Фармакотерапия
- Диетотерапия
- + Лечебная физическая культура (ЛФК)
- Арт-терапия

Задание: Какое техническое средство реабилитации является специализированным спортивным инвентарем для легкоатлетических гонок на колясках?

- Активная кресло-коляска для повседневного использования
- Вертикализатор
- + Гоночная коляска (рейсер)
- Электроколяска с джойстиком
- Ходунки-роллаторы

Задание: Какая из задач является приоритетной в психологическом сопровождении спортсменов-адаптивников?

- Полное подавление негативных эмоций, связанных с неудачами
- Перекладывание всей ответственности за результат на тренера
- + Формирование адекватной самооценки, мотивации к занятиям и стрессоустойчивости
- Изоляция спортсмена от команды для лучшей концентрации
- Сравнение достижений спортсмена исключительно с результатами здоровых атлетов

Промежуточная аттестация

Форма промежуточной аттестации по учебной дисциплине: Зачет.

Примеры заданий:

Задание: В чем заключается одна из ключевых особенностей реабилитационных мероприятий для спортсменов с поражением спинного мозга?

- Основной упор на восстановление зрительных функций
- + Профилактика вторичных осложнений (контрактур, пролежней) и развитие компенсаторных двигательных навыков
- Полное игнорирование спастичности мышц
- Использование исключительно упражнений для нижних конечностей
- Запрет на любые силовые тренировки

Задание: Какое физическое свойство воды является основным фактором, снижающим осевую нагрузку на опорно-двигательный аппарат во время гидрореабилитации?

- Прозрачность
- Высокая теплоемкость
- Электропроводность
- + Выталкивающая сила (сила Архимеда)
- Вязкость

Задание: Что является основополагающим элементом профилактики травматизма в адаптивном спорте?

- Полный отказ от интенсивных нагрузок
- Прием обезболивающих препаратов перед каждой тренировкой
- + Адекватная разминка перед нагрузкой и заминка (восстановительные упражнения) после нее
- Тренировки в состоянии сильного утомления для "закалки" организма
- Игнорирование незначительных болевых ощущений

Задание: Каково основное преимущество использования технологий виртуальной реальности (VR) в реабилитации спортсменов?

- Возможность полностью заменить тренера и реабилитолога
- Прямая стимуляция мышц электрическими импульсами
- + Создание безопасной, контролируемой и мотивирующей среды для многократного повторения двигательных задач
- Пассивное растяжение суставов без участия спортсмена
- Точное измерение антропометрических данных спортсмена

Задание: Какой этап является первоочередным и обязательным при проектировании индивидуальной программы реабилитации для спортсмена-адаптивника?

- Выбор вида спорта, в котором спортсмен будет выступать
- Покупка самого современного спортивного инвентаря
- Копирование тренировочной программы известного чемпиона
- + Проведение комплексной диагностики (оценка физического, функционального и психологического состояния)
- Составление календаря соревнований на год вперед

Содержание самостоятельной работы обучающихся по учебной дисциплине:
подготовка к занятиям: изучение теоретического материала, чтение учебников и дополнительных источников, конспектирование; подготовка к промежуточной аттестации; самостоятельное изучение дополнительных материалов; анализ и интерпретация данных – составление аналитического отчета обучающегося по дисциплине.

Условия реализации рабочей программы дисциплины

Материально-техническое обеспечение реализации дисциплины: технические средства доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Учебно-методическое обеспечение (электронные учебно-методические материалы) освоения учебной дисциплины (в том числе учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине):

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине представляет собой приложение к настоящей образовательной программе, содержащее оценочные материалы.

Список литературы

Нормативно-правовая база

Конституция Российской Федерации
Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — Закон об образовании).

Основная литература

Вентцель, К. Н. Педагогика творческой личности / К. Н. Вентцель. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 206 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-15391-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/568341>

Выготский, Л. С. Основы дефектологии / Л. С. Выготский. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 332 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11695-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566577>

Интеллект в цифровом образовании: естественный, искусственный, эмоциональный — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 1 с. — (Юрайт.Академия). — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581570>

Клапаред, Э. Психология ребенка и экспериментальная педагогика / Э. Клапаред ; под редакцией Д. Т. Кацарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 158 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-13367-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/567411>

Кащенко, В. П. Педагогическая коррекция. Исправление недостатков характера у детей и подростков : учебник для среднего профессионального образования / В. П. Кащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 228 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20506-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/599099>

Макаренко, А. С. Методика воспитательной работы. Избранные труды / А. С. Макаренко. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 323 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-08066-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562001>

Лай, В. Экспериментальная педагогика / В. Лай ; под редакцией В. Е. Игнатъева ; переводчик Е. И. Воскресенская. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 146 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11549-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566505>

Челпанов, Г. И. Учебник психологии : учебник / Г. И. Челпанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 221 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-12188-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566825>

Дополнительная литература

Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта. Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология : журнал / ФГАОУ ВО "Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта". — Калининград : Изд-во БФУ им. И. Канта // Национальная Электронная Библиотека [сайт]. — URL: https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_008503841/

Контенткон 2025: авторство, ИИ-генерация и использование учебного контента — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 1 с. — (Юрайт.Академия). — ISBN 978-5-534-14536-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/582265>

Каптерев, П. Ф. История русской педагогики в 2 ч. Часть 1. Церковно-религиозная и государственная педагогика : учебник для вузов / П. Ф. Каптерев. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 283 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04051-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/598605>

Каптерев, П. Ф. История русской педагогики в 2 ч. Часть 2. Общественная педагогика : учебник для вузов / П. Ф. Каптерев. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 271 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04053-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/598612>

Психология человека в образовании = Psychology in education : научный журнал. — Санкт-Петербург // Национальная Электронная Библиотека [сайт]. — URL: https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_010815716/

Интернет-ресурсы

Информационное обеспечение представляет собой перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

Каждый обучающийся обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечной системе (цифровой (электронной) библиотеке) «ЮРАЙТ» (<https://urait.ru/>), содержащей издания учебно-методической и иной литературы.

Каждый обучающийся обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к федеральной государственной информационной системе «Национальная электронная библиотека» (<https://rusneb.ru/>).

Состав необходимого комплекта лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства (программное

обеспечение): реестровая запись №3722 от 23.07.2017 в едином реестре российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных); Яндекс.Телемост (реестровая запись №13556 от 20.05.2022 в едином реестре российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных).

Электронные информационные ресурсы (ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»):

- Состав современных профессиональных баз данных

Федеральная служба государственной статистики (<https://rosstat.gov.ru/>);

Открытые данные России (<https://data.gov.ru/>);

Статистический Отдел Организации Объединенных Наций (United Nations Statistics Division) (<http://data.un.org/>);

База данных ЮНЕСКО (<https://www.unesco.org/en/key-data>).

- Состав информационных справочных систем

Высшая аттестационная комиссия при Министерстве науки и высшего образования Российской Федерации (<https://vak.minobrnauki.gov.ru/main>);

Официальный интернет-портал правовой информации (Государственная система правовой информации) (<http://pravo.gov.ru/>);

Система обеспечения законодательной деятельности (<https://sozd.duma.gov.ru/>);

Собрание законодательства Российской Федерации (<https://www.szrf.ru/>);

Государственная автоматизированная система Российской Федерации «Правосудие» (ГАС «Правосудие») (<https://sudrf.ru/>);

Нормативные правовые акты в Российской Федерации. Министерство юстиции Российской Федерации (<http://pravo.minjust.ru/>).

- Иные информационные ресурсы - информационные ресурсы органов государственной власти

Президент России (<http://kremlin.ru/>);

Правительство России (<http://government.ru/>);

Министерство науки и высшего образования РФ (<https://www.minobrnauki.gov.ru/>);

Министерство просвещения РФ (<https://edu.gov.ru/>);

Министерство экономического развития Российской Федерации (<https://www.economy.gov.ru/>);

Министерство цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации (<https://digital.gov.ru/>).

- Иные информационные ресурсы - периодические издания

ТАСС (<https://tass.ru/>);

РИА НОВОСТИ (<https://ria.ru/>);

Коммерсантъ (<https://www.kommersant.ru/>);

РТ (<https://rt.com/>).

- Информационные поисковые системы

Яндекс (<https://ya.ru/>);

MAIL.RU (<https://www.mail.ru/>).