

Частное учреждение
«Культурно-спортивный реабилитационный комплекс
Всероссийского ордена Трудового Красного Знамени общества слепых»
(КСРК ВОС)

Утверждаю:

Генеральный директор
КСРК ВОС

В. П. Баженов

« 10 » 01 2024 г.



Рабочая программа

РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ ПО ЗРЕНИЮ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

**Разработали: В.П.БАЖЕНОВ, А.В.МОЧАЛИН, М.М.ИЛЬИНСКАЯ,
Р.А.ТОЛМАЧЕВ, В.А.БАЖЕНОВ**

МОСКВА 2024

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курсов повышения квалификации специалистов по реабилитации инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта составлена с учётом задач, стоящих перед ВОС, на основе многолетнего опыта работы с инвалидами по зрению.

В соответствии с Уставом ВОС основными задачами программы повышения квалификации специалистов по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту является: защита прав и интересов инвалидов по зрению, их социальная реабилитация и интеграции в общество, приобщение их к труду, образованию, культуре и спорту.

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24.11.1995 №181-ФЗ (ред. от 29.10.2024) «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.03.2025);
- Приказ Минтруда России от 12 апреля 2013 г. № 148н «Об утверждении уровней квалификаций в целях разработки проектов профессиональных стандартов»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 24 марта 2025 г. N 266 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

Методическую основу разработки образовательной программы составляют:

- Требования к организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, в том числе оснащённости образовательного процесса (письмо Департамента подготовки рабочих кадров и ДПО Министерства образования и науки Российской Федерации 18 марта 2014 г. N 06-281).
- Методические рекомендации по разработке основных профессиональных образовательных программ и дополнительных профессиональных программ с учетом соответствующих профессиональных стандартов" (утв. Минобрнауки России 22.01.2015 N ДЛ1/05вн);
- Методические рекомендации по итоговой аттестации слушателей (письмо Минобрнауки России от 30.03.2015 г. № АК-820/06).

Требования к уровню подготовки: Лица, имеющие высшее или среднее профессиональное образование и занимающиеся деятельностью реабилитации инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта.

Трудоемкость обучения: 72 академических часа.

Форма обучения: очная

2. ЦЕЛЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Целью реализации Программы является совершенствование компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, связанной с реабилитацией инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта в региональных организациях ВОС и ных организациях.

Основная цель вида профессиональной деятельности: Организационно-методическое обеспечение реабилитационной (восстановительной) деятельности с помощью средств физической культуры, спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов, вовлеченных в деятельность в сфере адаптивной физической культуры, адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта.

Основные задачи учебного курса:

1. Познакомить с историей советского и российского спорта слепых и паралимпийского движения.
2. Изучить основы законодательства по физической культуре и спорту в Российской Федерации, основные Положения и приказы, регламентирующие работу Федерации спорта слепых и спортивно-массовую работу среди инвалидов по зрению.
3. Познакомить с медико-биологическими и психическими аспектами реабилитации инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта.
4. Познакомить с основными видами спорта слепых. Научить элементарным приемам и методам ведения спортивных занятий по видам спорта.
5. Ознакомить с основами организации финансирования региональной структуры Федерации спорта слепых, с основами фандрайзинга.
6. Дать информацию об организационной структуре системы реабилитации инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта.
7. Познакомить с особенностями реабилитации инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

В результате освоения Программы слушатель должен приобрести следующие знания и умения, необходимые для качественного изменения компетенций:

Формируемые компетенции	Трудовая функция	Трудовые действия	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций
ПК-1: умение организовать тренировочный процесс для спортсменов-инвалидов по зрению	Проведение с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья занятий по программам адаптивного физического воспитания и индивидуальным планам физической реабилитации А/02.5 05.004 Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту	-Собеседование с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья, их законными представителями, выявление индивидуальных потребностей в области развития физических и жизненно важных навыков -Отбор типовых методик проведения групповых занятий с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья с учетом типичных нарушений функций организма -Проведение разъяснительных бесед с инвалидами, лицами с ограниченными возможностями здоровья, их законными представителями, сопровождающими инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по вопросам формирования групп для занятий адаптивной физической культурой	Знать: -основы законодательства по физической культуре и спорту в Российской Федерации, основные Положения и приказы, регламентирующие работу Федерации спорта слепых и спортивно-массовую работу среди инвалидов по зрению; -особенности реабилитации инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта; - элементарные приемы и методы ведения спортивных занятий по видам спорта. Уметь: -наладить взаимодействие с государственными структурами, отвечающими за развитие спорта инвалидов в нашей стране. -планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида - показывать инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья элементы техники выполнения упражнений Владеть: - навыками организации тренировочного процесса для спортсменов-инвалидов по зрению

Изучение данной программы поможет специалисту, работающему с инвалидами по зрению, правильно организовать тренировочный процесс для спортсменов-инвалидов по зрению, наладить взаимодействие с государственными структурами, отвечающими за развитие спорта инвалидов в нашей стране.

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план по
дополнительной профессиональной программе
повышения квалификации
**РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ ПО ЗРЕНИЮ
СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

№ пп	Наименование разделов	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			лекции	практика	
1	Спорт высших достижений инвалидов по зрению	9	5	4	-
2	Организационная структура системы реабилитации инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта	4	4	-	-
3	Медико-биологические и психологические аспекты реабилитации инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта	5	5	-	-
4	Виды спорта слепых	43	21	22	-
5	Основы финансирования деятельности региональной структуры Федерации, клуба, секции, основы фандрайзинга. Работа со средствами массовой информации	5	5	-	-
	Итговая аттестация	6		6	зачет
ИТОГО		72	40	32	-

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарный график учебного процесса по программе повышения квалификации определяется расписанием учебных занятий, при наборе группы на обучение.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 Спорт высших достижений инвалидов по зрению

Спорт высших достижений – часть спорта, направленная на достижение спортсменами высоких спортивных результатов на официальных всероссийских и международных спортивных соревнованиях. Спорт высших достижений позволяет на основе выявленных индивидуальных особенностей и возможностей человека в определённом виде спорта добиваться максимальных, рекордных результатов. Рекорды в спорте высших достижений создают моральный стимул для развития массового спорта и физической культуры.

В данном разделе учащиеся изучат историю спорта высших достижений инвалидов по зрению, познакомятся с основными руководящими документами Федерации спорта слепых, изучат структуру и особенности подготовки спортсменов мирового уровня.

2. Организационная структура системы реабилитации инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта

Субъекты физической культуры и спорта в Российской Федерации. Федерация спорта слепых. Спортивные школы. Спортивный клуб. Организационная структура взаимодействия в системе реабилитации инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта.

Данный раздел программы посвящен ознакомлению слушателей с организационной структурой системы реабилитации инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта, в нем также освещены вопросы организации взаимодействия различных звеньев этой структуры.

Организационная система структуры спорта слепых в России состоит из первичных физкультурно-спортивных организаций инвалидов (клубов, секций, школ), Федерации спорта слепых, которая через свои региональные отделения объединяет усилия первичных организаций и государственных органов в области физической культуры и спорта на уровне субъектов Российской Федерации (министерства и комитеты в субъектах РФ) и на федеральном уровне (Министерство спорта РФ).

3. Медико-биологические аспекты реабилитации инвалидов по зрению средствами физкультуры и спорта

Спортивная медицинская классификация слепых и слабовидящих. Виды и степени поражений зрительного аппарата. Определение показаний и противопоказаний к спортивным нагрузкам для слепых и слабовидящих. Энергетическое обеспечение физической нагрузки. Различные виды спортивных нагрузок и их влияние на орган зрения. Аэробная нагрузка. Анаэробная нагрузка. Динамическая нагрузка. Статическая нагрузка. Нагрузки с сотрясениями тела. Нагрузки на улучшение координации. Выбор видов спортивных нагрузок для инвалидов по зрению. Выбор видов спортивных нагрузок для инвалидов по зрению. Проблема допинга в спорте инвалидов по зрению.

В данном разделе слушатели подробно знакомятся с медико-биологическими аспектами реабилитации инвалидов по зрению средствами

физкультуры и спорта. В частности, они изучают спортивную медицинскую классификацию слепых и слабовидящих, виды и степени поражения зрительного аппарата, знакомятся с определением показаний и противопоказаний к спортивным нагрузкам для слепых и слабовидящих, энергетическим обеспечением физической нагрузки и выбором видов спортивных нагрузок для инвалидов по зрению

Адаптивная физическая культура во многом может способствовать восстановлению незрячего как личности. Однако, особенности органа зрения слепых и слабовидящих и организма в целом в условиях повышенных психофизических нагрузок, определение показанных и противопоказанных для них видов спортивных нагрузок накладывают определенные ограничения, так как реакция организма незрячего на физическую нагрузку не может полностью соответствовать аналогичной реакции зрячего в силу перестройки различных систем, направленной на компенсацию зрительного дефекта.

4. Виды спорта слепых

Правила соревнований по спорту слепых. Паралимпийские (входящие в программу Паралимпийских игр): биатлон; голбол; горнолыжный спорт; дзюдо; легкая атлетика; лыжные гонки; плавание; футбол - мини-футбол В1; велоспорт-танDEM. Непаралимпийские (не входящие в программу Паралимпийских игр): - армспорт; конькобежный спорт; пауэрлифтинг; спортивный туризм; торбол; шахматы; шашки; футбол - футзал В2-В3; шоу-даун (настольный теннис).

Основная и наиболее объемная часть Программы. Изучение основ реабилитации требует определенных базовых знаний и умений, поэтому преподаватель при подаче материала преподаватель должен опираться на существующий уровень подготовки учащихся. При этом возможна некоторая дифференциация в подаче учебного материала, учитывающая знания учащихся и их наклонности.

Преподавание ведется в форме лекций и практических занятий, при этом особый упор делается именно на практические занятия. Особенно это касается практических тем, связанных непосредственно с организацией занятий по физической культуре и спорту для инвалидов по зрению и с изучением различных видов спорта.

Необходимо организовать практические занятия таким образом, чтобы учащиеся смогли принять личное участие в тренировках по максимально возможному количеству видов спорта и на себе ощутить специфику того или иного вида спорта.

5. Основы финансирования деятельности региональной структуры Федерации, клуба, секции, основы фандрайзинга. Работа со средствами массовой информации

Источники финансирования спорта слепых. Финансовые обязательства РФ. Финансовые обязательства субъектов РФ. Членские взносы и собственная коммерческая деятельность. Заявка на грант. Типы грантов. Планирование фандрайзинга.

Организация практической работы по реабилитации инвалидов невозможна без решения вопросов финансирования этой работы. Крайне важно, чтобы

специалист-реабилитолог мог ориентироваться в существующих сегодня возможностях поиска необходимых источников финансирования и мог самостоятельно наладит работу в этом направлении. Необходимо, чтобы слушатели могли сами готовить необходимые письма, заявки и другие документы. Поэтому на каждом практическом занятии – семинаре нужно организовать выполнение контрольных занятий по подготовке того или иного документа. Слушатели подробно знакомятся с понятием «фандрайзинг», учатся работать с различными фондами по получению грантовых средств.

Примерные вопросы итоговой аттестации

1. Какие международные документы регламентируют деятельность специалистов в социальной сфере и в сфере физической культуры и спорта? Их краткое содержание.
2. Расскажите об основных документах Федерации спорта слепых, имеющих отношение к спорту высших достижений.
3. ФЗ «О социальной защите инвалидов в России»
4. ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
5. Какие документы Федерального агентства по физической культуре и спорту имеют непосредственное отношение к деятельности Федерации спорта слепых? Их краткое содержание.
6. Всеобщая декларация прав человека, краткое содержание, основной смысл
7. Расскажите о спортивно-медицинской классификации.
8. Каковы основные этапы становления спорта высших достижений среди инвалидов по зрению?
9. Расскажите об основных противопоказаниях к спортивным нагрузкам для слабовидящих
10. Расскажите об основных показаниях к спортивным нагрузкам для слабовидящих
11. Разница в методике обучения двигательным действиям незрячих и слабовидящих?
12. В чем заключается коррекционная направленность адаптивного физического воспитания детей с депривацией зрения?
13. Выбор видов спортивной нагрузки для инвалидов по зрению с поражением зрительного – нервного аппарата
14. Работа со средствами массовой информации
15. Основные положения правил - дзюдо
16. Основные положения правил - голбол
17. Основные положения правил - легкая атлетика
18. Основные положения правил - мини-футбол
19. Основные положения правил-спортивный туризм
20. Источники финансирования спорта слепых.
21. Финансовые обязательства субъектов РФ
22. Финансовые обязательства РФ.
23. Членские взносы и собственная коммерческая деятельность
24. Заявка на грант. Типы грантов.
25. Планирование фандрайзинга.

5. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

5.1. Формы аттестации

Итоговая аттестация

Итоговая аттестация слушателей осуществляется итоговыми аттестационными комиссиями. К итоговой аттестации допускается слушатель, успешно завершивший в полном объеме освоение дополнительной профессиональной программы. Итоговая аттестация проходит в форме устного ответа на билет.

Критерии оценки

Для оценивания результатов при проведении итоговой аттестации используется четырехбальная шкала: дифференцированный зачет

Шкала оценивания		Критерии оценивания	Уровень освоения компетенций
зачтено	5	Дан развернутый ответ на теоретический вопрос, ответ формулируется в терминах науки, логичен. Ответ изложен литературным языком в терминах науки. Теоретическое содержание курса освоено полностью, необходимые практические навыки работы в рамках заданий сформированы, все предусмотренные программой задания выполнены.	Компетенции освоены в полном объеме
	4	Дан ответ на теоретический вопрос, раскрыты основные положения темы; ответ логичен, отражает сущность раскрываемых понятий. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные слушателем самостоятельно в процессе ответа или с помощью преподавателя. Теоретическое содержание курса освоено полностью, необходимые практические навыки работы в рамках заданий в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения задания выполнены.	
зачтено	3	Дан неполный ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. Слушатель может сформулировать понятия только с помощью преподавателя. Теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы в рамках заданий в основном сформированы, большинство предусмотренных программой заданий выполнено, некоторые из них содержат ошибки.	Пороговый

незачтено	2	Дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа. Теоретическое содержание курса освоено частично, необходимые практические навыки работы в рамках заданий не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения заданий не выполнено.	Компетенции не освоены
-----------	---	--	------------------------

5.2. Основные показатели оценки планируемых результатов

Формируемая компетенция	Критерии или подходы к оценке результатов освоения программы
ПК-1: умение организовать тренировочный процесс для спортсменов-инвалидов по зрению	знание -основ законодательства по физической культуре и спорту в Российской Федерации, основные Положения и приказы, регламентирующие работу Федерации спорта слепых и спортивно-массовую работу среди инвалидов по зрению; -особенностей реабилитации инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта; - приемов и методов ведения спортивных занятий по видам спорта. Умение -наладить взаимодействие с государственными структурами, отвечающими за развитие спорта инвалидов в нашей стране. -планировать групповое или индивидуальное занятие по адаптивной физической культуре по программам и методикам адаптивного физического воспитания, индивидуальному плану физической реабилитации инвалида - показывать инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья элементы техники выполнения упражнений Владение - навыками организации тренировочного процесса для спортсменов-инвалидов по зрению

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Кадровое обеспечение образовательного процесса

Общее руководство учебной деятельностью в КСРК ВОС осуществляет генеральный директор КСРК ВОС. Учебная часть КСРК ВОС разрабатывает и

реализует программы дополнительного профессионального образования, дополнительного образования и повышения квалификации для инвалидов по зрению и специалистов, работающих с инвалидами по зрению.

Освоение содержания Программы слушателями осуществляется в процессе практико-ориентированных занятий, организуемых в учебных аудиториях. Занятия направлены на решение профессионально значимых задач, программ саморазвития, как формы повышения профессиональной компетентности. Непосредственно в ходе практических занятий осуществляется освоение современных технологий.

Кадровое обеспечение программы: Программа реализуется преподавателями и сотрудниками КСРК ВОС, а также приглашёнными сотрудниками Аппарата управления ВОС и специалистами-экспертами из научных и общественных организаций. Уровень квалификации преподавателей и сотрудников учреждения КСРК ВОС, реализующего дополнительную профессиональную программу повышения квалификации соответствует квалификационным характеристикам по соответствующей должности. Реализация программы обеспечивается педагогическими работниками, имеющими среднее профессиональное или высшее образование, прошедшими повышение квалификации по профилю преподаваемого учебного предмета.

Учебно-методическое обеспечение программы

Основная литературы

1. Реабилитация лиц с нарушением зрения средствами адаптивной физической культуры и спорта: практика Ханты-Мансийского автономного округа – Югры: учебно-методическое пособие / Под общ. ред. доктора педагогических наук, профессора Г. А. Степановой, кандидата педагогических наук, доцента Н. С. Кожановой. – ХантыМансийск: БУ «Центр адаптивного спорта Югры», 2020. – 126, [1] с. – Текст : непосредственный. УДК 796

Дополнительная литература

1. Ермаков В.П., Якунин ГА. Основы тифлопедагогики. Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения. - М., 2013
1. Паралимпийский спорт: нормативное правовое и методическое регулирование .Автор -составитель А.В. Царик ;п/ред. П.А.Рожков.- М.:Советский спорт, 2014 г,1272 с.
2. Справочник работника физической культуры и спорта: нормативное правовое и методическое регулирование – М.:Спорт, 2018.-1144 с.
3. Ростомашвили Л.Н. Физические упражнения для детей с нарушенным зрением: Метод, рекомендации для учителей, воспитателей, родителей. - СПб., 2011.
4. Солнцева Л.И. Тифлопсихология детства. - М., 2000.
5. Толмачев Р.А. Адаптивная физическая культура и реабилитация слепых и слабовидящих. - М.: Советский спорт, 2004.
6. Нормативные и руководящие документы по реабилитации инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта. Москва, «Советский спорт», 2005 г.

7. Паралимпийский вестник. Выпуск 6. Москва, «Советский спорт», 2009 г.
8. Паралимпийский вестник. Выпуск 8. Москва, «Советский спорт», 2010 г.
9. Молчкова Л.В. Фандрайзинг как основной компонент деятельности некоммерческой организации. Москва 2006 г.

Материально-технические условия реализации программы

Для обеспечения учебного процесса в КСРК ВОС создана учебно-материальная база, отвечающая современным требованиям, а также в соответствии с требованиями к организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ОВЗ. Оборудованы учебные кабинеты: компьютерный, адаптивных технологий, спутниковой навигации. Все учебные аудитории специально оборудованы современными техническими средствами. Помещения отвечают установленным санитарным требованиям и требованиям пожарной безопасности.

Доступ к информационно-телекоммуникационной сети Интернет для обучающихся, педагогов и сотрудников осуществляется с персональных компьютеров, подключённых к сети интернет, без ограничения времени и потребления. Установленные программно-технические средства используются для обучающихся, преподавателей и сотрудников учебной части КСРК ВОС на скорости 500Мбит/с.

Обеспечен порт доступа в сеть Интернет со скоростью не ниже 300 Мбит/с и возможностью установления не менее 50 одновременных сессий по 100Мбит/с. Доступ к информационно-телекоммуникационной сети Интернет помогает проводить тестирование обучающихся, дистанционное обучение, учебное планирование, удалённый доступ к ресурсам КСРК ВОС и ряд других мероприятий, реализуемых на базе web-технологий.

Выпущено 7 учебников, более 20 учебных и методических пособий по обучающим программам как плоскочастным так шрифтом Брайля. Каждый слушатель может воспользоваться учебно-методическими материалами, помогающими организовать его самостоятельную работу при подготовке к итоговой аттестации. Слушатели получают комплект методических и учебных материалов на бумажных и электронных носителях, которые используются слушателями в процессе обучения, а также в дальнейшей работе.

В учреждении находятся спортивный зал, тренажёрный зал, зал единоборств и кабинет шахмат и шашек, где слушатели имеют возможность заниматься различными видами спорта в обеденный перерыв и после занятий.

Питание слушателей осуществляется в кафе, располагающемся в здании учреждения, по договору.

В учреждении оборудован медицинский пункт. Имеется всё необходимое оборудование и материалы. Медицинские препараты хранятся в соответствии с установленными требованиями.

Доступная среда в организации

1. Входная группа: специальный светофор; рельефная плитка на переходе; звуковой маяк на входе в здание; жёлтый знак на двери.
2. Ориентирование внутри здания: специальные перила вдоль стен коридоров; жёлтые ступени на межэтажных лестницах; озвученные лифты; таблички шрифтом Брайля на дверях всех комнат; система «Говорящий город» (в ряде помещений).
3. Обеспечение тифлотехникой: компьютеры с брайлевскими дисплеями; специальная техника для незрячих.