Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

И.о. директора Салимов Марат Ильдусович
cn=И.о. директора Салимов Марат Ильдусович, o=Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО "УралГУФК", ou, email=direkt@sport-ural.ru, c=RU
2026.02.02 10:36:12 +05'00'

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора Екатеринбургского
института физической культуры
(филиал)ФГБОУ ВО «Урал ГУФК»
к.п.н., доцент Салимов М.И.

«02» февраля 2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ

НАИМЕНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ

«СОГЛАСОВАНО»
Зам. директора по УР
к.п.н., доцент М.И.Салимов

«02» февраля 2026 г..

Направление подготовки: 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Программа дополнительного профессионального образования:
повышение квалификации

Форма обучения: очная, с применением дистанционных образовательных технологий

Объем образовательной программы: 144 часа

Екатеринбург 2026

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации«Лечебная физическая культура и физическая реабилитация»

(наименование дисциплины)

Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «Уральский государственный университет физической культуры» Екатеринбург, 2026. –15с.

Составители: декан ФПК и ППК Светлакова М.В., к.б.н., доцент, зав. кафедрой ТиМ АФК Тимофеева И.В. к.п.н.,доцент

(Ф.И.О., должность, уч. степень, уч. звание, место работы)

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации обсуждена на заседании кафедры Теории и методики адаптивной физической культуры Екатеринбургского института физической культуры (филиал)ФГБОУ ВО «УралГУФК»

(наименование кафедры)

Протокол от _14.января.2026 г._№ _5 Зав. кафедрой _____И.В. Тимофеева

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации утверждена на заседании Методического совета Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК»

Протокол от «02» февраля 2026 г. № 5 Председатель МС_____М.И.Салимов

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общие положения и нормативно-правовая база для разработки ДПП.....4
2. Характеристика нового вида профессиональной деятельности обучающегося.....5
3.Планируемые результаты обучения 9
4. Итоговая аттестация обучающихся.....10
5. Нормативные документы.....11
6. Учебный план..... 13
7. Организационно-педагогические условия.....14

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1.Общая характеристика программы

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации (ДПП ПК) «Адаптивная физическая культура: ЛФК и физкультурно-оздоровительные технологии» Учитывает квалификационные требования профессионального стандарта Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 4 августа 2014 г. № 526н "Об утверждении профессионального стандарта «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре».

Приказ от 2 апреля 2019 г. N 197н - об утверждении профессионального стандарта «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту.

Дополнительная профессиональная программа повышения квалификации «Адаптивная физическая культура: ЛФК и физкультурно-оздоровительные технологии» ориентирована на развитие обобщенной трудовой функции «Организация и проведение групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп».

Структура программы регламентирует цели, ожидаемые результаты, содержание, оценку качества подготовки слушателей и включает: календарный учебный график, учебный план, рабочие программы дисциплин, оценочные материалы, обеспечивающие качество подготовки.

Цель данной программы:

- повышение уровня профессиональной компетенции специалистов учреждений в области адаптивной физической культуры на основе современных методов и подходов, в процессе физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- формирование у инвалидов и людей с отклонениями в состоянии здоровья комплекса специальных знаний, жизненно и профессионально необходимых двигательных умений и навыков;

Задачи:

- изучить основные государственно-правовые основы адаптивной физической культуры в РФ;
- познакомить с научно-методическими основами физической реабилитации;
- систематизировать знания о построении и планировании процесса занятий дляотклонениями в состоянии здоровья.
- рассмотреть актуальные вопросы комплексного контроля и медико-биологического обеспечения подготовки инвалидов.

- освоение современных технологий и решение профессиональных задач, направленных на повышение уровня знаний в области адаптивной физической культуры.
- овладеть навыками первой медицинской помощи и техникой безопасности.

Основная цель вида профессиональной деятельности

Организационно-методическое обеспечение физкультурной и спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных групп, вовлеченных в деятельность в сфере адаптивной физической культуры, адаптивного физического воспитания, адаптивного спорта.

2. ХАРАКТЕРИСТИКА НОВОГО ВИДА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

А) Слушатель готовится к следующим видам профессиональной деятельности:

- Код АОрганизация и проведение групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп;
- А/02.4 Проведение занятий по адаптивной физической культуре с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп по утвержденным программам;
- А/03.4 Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп;
– Код В.Организация и методическое обеспечение процессов физкультурной и спортивной деятельности в отношении лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп, занимающихся адаптивной физической культурой и спортом.

Программа ориентирована на развитие обобщенных трудовых функций:

В/02.5 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп.

В/03.5Методическое сопровождение деятельности специалистов образовательной организации, организации спортивной подготовки и других организаций, осуществляющих деятельность в области адаптивной физической культуры и спорта

Таблица 1 - Связь дополнительной профессиональной программы с профессиональными стандартами

Наименование программы профессиональной переподготовки	Наименование выбранного профессионального стандарта (одного или нескольких)	Уровень квалификации
«ЛФК и физическаяреабилитация»	Код АОрганизация и проведение групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп	4
	А/02.4 Проведение занятий по адаптивной физической культуре с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп по утвержденным программам	4
	А/03.4 Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп	4
	КодВОрганизация и методическое обеспечение процессов физкультурной и спортивной деятельности в отношении лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп, занимающихся адаптивной физической культурой и спортом	5
	В/02.5 Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп	5
	В/03.5Методическое сопровождение деятельности специалистов образовательной организации, организации спортивной подготовки и других организаций, осуществляющих деятельность в области адаптивной физической культуры и спорта	5

Б) Объектами профессиональной деятельности являются:

физические, психические, социальные и духовные характеристики лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) всех нозологических форм, возрастных и гендерных групп, реализующих свои потребности в процессе занятий различными видами адаптивной физической культуры: адаптивным физическим воспитанием, адаптивным спортом, адаптивной двигательной рекреацией, физической реабилитацией, экстремальными и креативными видами двигательной активности.

В) Задачи профессиональной деятельности слушателя:

Обучающийся должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности:

Трудовые действия: Определение задач и содержания группового или индивидуального занятия по адаптивной физической культуре с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей лица или группы.

- Разработка плана проведения занятия по адаптивной физической культуре по утвержденным программам и методикам адаптивного физического воспитания;
- составление расписания проведения индивидуальных или групповых занятий по адаптивной физической культуре по утвержденным программам и методикам адаптивного физического воспитания;
- проведение занятия по адаптивной физической культуре согласно разработанному плану по утвержденным программам и методикам адаптивного физического воспитания;
- Регулирование физической нагрузки занимающихся.

Необходимые умения:

- обучать лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп владению навыками и техникой выполнения упражнений, формировать нравственно-волевые качества;
- контролировать двигательную активность и физическое состояние занимающихся;
- элементарно и просто разъяснить правила техники безопасности при выполнении упражнений;
- своевременно выявить угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов;
- оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности последних;
- теория и методика адаптивной физической культуры;
- основы коррекционной педагогики и коррекционной психологии;
- современные методики организации занятий адаптивной физической культурой при различных нарушениях функций организма;
- гигиенические основы физического воспитания.

Необходимые знания:

- показания и противопоказания к проведению занятий по адаптивной физической культуре;
- порядок составления плана проведения индивидуального и группового занятия;
- порядок проведения врачебного контроля и способы оказания доврачебной медицинской помощи;

формы по составлению отчетности о проведении индивидуального или группового занятия по адаптивной физической культуре.

Сопоставление описания квалификации в профессиональном стандарте с требованиями к результатам подготовки по ФГОС ВО

Профессиональный стандарт		ФГОС ВО	
№	Выбранная для освоения трудовая функция	№	Виды проф.деятельности Профессиональные компетенции
1.	Организация и проведение групповых и индивидуальных занятий по адаптивной физической культуре с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп. Организация и методическое обеспечение процессов физкультурной и спортивной деятельности в отношении лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп, занимающихся адаптивной физической культурой и спортом	ОПК-4 ОПК-10 ОПК-12 ОПК-6	- Знание морфофункциональных, социально-психологических особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп - Знанием этиологии и патогенеза основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья - Знанием и готовностью обеспечивать технику безопасности при проведении занятий - Готовность применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся
2.	Проведение занятий по адаптивной физической культуре с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп по утвержденным программам Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп	ПК-13 ПК-21	- Умение проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций - Умение проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)
1.	Проведение воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп Методическое сопровождение	ПК-15 ПК-19	Способность производить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок - Умение развивать физические качества, обучать новым способам

	деятельности специалистов образовательной организации, организации спортивной подготовки и других организаций, осуществляющих деятельность в области адаптивной физической культуры и спорта		двигательной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья
	Профилактика травматизма и использования допинга среди лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп	ОПК - 12	Знанием и готовностью обеспечивать технику безопасности при проведении занятий

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

В результате освоения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации«Лечебная физическая культура и физическая реабилитация»слушатели будут *знать:*

– общие основы лечебной физической культуры (ЛФК) (особенности метода ЛФК как основного средства физической реабилитации, общие показания и противопоказания к назначению ЛФК, средства, формы и методы проведения ЛФК, периоды и двигательные режимы в лечебно-профилактических учреждениях, способы дозирования физической нагрузки на занятиях, методы исследования и виды контроля эффективности ЛФК);

– основные проявления различных патологических состояний;

– частные противопоказания к применению ЛФК, особенности частных методик ЛФК при наиболее распространенных заболеваниях и повреждениях.

уметь: – ставить общие и частные цели и задачи ЛФК при определенных заболеваниях и травмах;

– методически грамотно составлять комплексы упражнений с учетом диагноза и индивидуальных особенностей пациента;

– проводить и анализировать занятие лечебной гимнастики.

владеть: – методами определения степени воздействия физических упражнений на организм пациента с целью корректировки нагрузки и оценки эффективности проведения ЛФК;

– навыками применения средств и методов ЛФК, предложенных видов в реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

– навыками составления реабилитационных, оздоровительных программ по предложенным видам для лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья.

Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимому для освоения программы

К освоению программ дополнительного профессионального образования повышения квалификации допускаются: лица, имеющие среднее специальное и (или) высшее образование.

Трудоемкость обучения

Нормативная трудоемкость обучения по дополнительной профессиональной программе повышения квалификации составляет 144 часа, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя.

Формы обучения

Форма обучения–очная, смешанная с применением дистанционных образовательных технологий,включает контактную работу обучающихся с преподавателем, включает занятия лекционного типа, и (или) занятия практического/ семинарского типа, и (или) групповые консультации, и (или) индивидуальную работу обучающихся с преподавателем.

Режим занятий

План-график обучения по ДПП ПК

«Лечебная физическая культура и физическая реабилитация»

Общая трудоемкость

Первая неделя			Вторая неделя			Третья неделя		
№	Дисциплина	Кол-во час	№	Дисциплина	Кол-во час	№	Дисциплина	Кол-во час
1	Анатомия человека	12	5	Невропатология	12	10	Частные методики лечебного массажа	10
2	Физиология человека	12	6	Теория организации АФК	12	11	Гидрореабилитация	10
3	Биомеханика двигательной активности	12	7	Лечебная физическая культура	12	12	Возрастная психопатология и психоконсультирование	10
4	Частная патология	12	8	Специальная педагогика	12	13	Профилактика применения допинга	6
			9	Врачебный контроль в АФК	10		Зачет	2
							Всего	144

4. ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДПП

Итоговая аттестация слушателей по программе повышения квалификации проходит в форме зачета-тестирования.

Фонды оценочных средстврабочих программ по дисциплине включают:

— Контрольные вопросы и типовые задания для практических занятий.

— Задания и вопросы для самостоятельной работы.

— Вопросы к зачету.

— Тесты.

— Типовые задания.

— Другие формы контроля.

В процессе обучения используются следующие виды текущего контроля:

- устный опрос;

- письменные работы,

Формы контроля: устный опрос, тестирование, зачёт.

Документ, выдаваемый после завершения обучения

Удостоверение о повышении квалификации установленного образца, дающее право на ведение профессиональной деятельности в сфере адаптивной физической культуры.

5. НОРМАТИВНЫЕ ДОКУМЕНТЫ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ ДПП ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ

Нормативно- правовую базу разработки ДПП составляют:

- Федеральные законы Российской Федерации: «Об образовании» от 29 декабря 2012 года №273 (с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015 г.);

-Приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 г. №499 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 4 августа 2014 г. № 526н "Об утверждении профессионального стандарта «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре»;

Приказ от 2 апреля 2019 г. N 197н - об утверждении профессионального стандарта «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту.

- Приказ министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. №816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную

деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

- Методические рекомендации по разработке основных профессиональных образовательных программ и дополнительных профессиональных программ с учетом соответствующих профессиональных стандартов, утвержденных министерством образования и науки Российской Федерации 22.01.2015 №ДЛ- 1/05вн;

- Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 23 июля 2010 г. 541н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в сфере здравоохранения» к должности «Инструктор-методист по лечебной физкультуре».

6. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации
«Лечебная физическая культура и физическая реабилитация»

№ п/п	Наименование учебных дисциплин (разделов, модулей), тем	Трудоемкость всего в часах	Трудоемкость по видам работ в часах:				Форма контроля
			Аудиторные занятия			самостоятельная работа	
			всего	лекция	практ. занятия		
1.	Анатомия человека	12	10	6	4	2	устный опрос
2.	Физиология человека	12	10	6	4	2	устный опрос
3.	Биомеханика двигательной активности.	12	10	6	4	2	тестирование
4.	Частная патология	12	10	6	4	2	тестирование
5.	Невропатология	12	10	6	4	2	устный опрос
6.	Теория организации АФК	12	10	6	4	2	устный опрос
7.	Лечебная физическая культура	12	10	6	4	2	практ. задание
8.	Специальная педагогика	12	10	6	4	2	устный опрос
9.	Врачебный контроль в АФК	12	10	6	4	2	устный опрос
10.	Частные методики лечебного массажа	10	10	6	4	-	практ.задание
11.	Гидрореабилитация	10	10	6	4	-	устный опрос
12	Возрастная психопатология и психоконсультирование	10	8	4	4	2	тестирование
13.	Профилактика применения допинга	6	6	4	2	-	тестирование
	Итоговая аттестация:						**Зачет**
	Итого:	144	124	74	50	20	

СОГЛАСОВАНО:

Зав.кафедрой _____ И.В. Тимофеева

Декан факультета _____ М.В. Светлакова

7. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

1. Учебно-методическое и информационное обеспечение образовательного процесса при реализации ДПП

Дополнительная профессиональная программа обеспечивается учебно-методическим, информационным и материально-техническим обеспечением.

Реализация программ ДПП обеспечивает доступ слушателя к базам электронных библиотечных данных института, учебно-методическим ресурсам, к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам, библиотечным фондам.

Библиотечный фонд укомплектован печатными и электронными изданиями, основной учебной литературой по дисциплинам, в том числе за последние 5 лет, зарубежными и отечественными журналами по направлению специальности.

Фонд дополнительной литературы помимо учебной литературы включает официальные справочно-библиографические и специализированные периодические издания.

Электронная информационная сеть института обеспечивает возможность индивидуального доступа для каждого слушателя к сети Интернет.

Компьютеризация обеспечивается компьютерными классами, объединенными в локальную сеть и оснащенными обучающимися и информационными программами, имеется выход в Интернет.

Помещения, предназначенные для изучения профессиональных дисциплин, оснащены современным оборудованием и техническими средствами.

2. Кадровое обеспечение

На факультет повышения квалификации и профессиональной переподготовки кадров приглашаются для проведения учебных занятий со слушателями наиболее опытные и квалифицированные педагоги не только своего института, но и других вузов города, области, головного вуза. К проведению занятий привлекаются практические работники физической культуры, спорта, спортивной медицины, адаптивной физической культуры, из общего числа преподавателей на факультете 70% остепененности профессорско-преподавательского состава.

Процесс дополнительного профессионального образования обеспечен штатом высококвалифицированных научно-педагогических кадров. Реализация программ дополнительного профессионального образования обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой

дисциплины, и систематически занимающиеся научной и/или научно-методической деятельностью.

Профессорско-преподавательский состав университета ведет постоянную работу над повышением своего профессионального уровня в соответствии с планами повышения квалификации.

На факультет повышения квалификации и профессиональной переподготовки кадров приглашаются для проведения учебных занятий со слушателями наиболее опытные и квалифицированные педагоги не только своего института, но и других вузов города, области, головного вуза. К проведению занятий привлекаются практические работники физической культуры, спорта, спортивной медицины, адаптивной физической культуры.

3. Материально-техническое обеспечение (МТО)

МТО: специально оборудованные кабинеты и аудитории по дисциплинам (курсам, модулям), аудитории оснащены необходимым лабораторным оборудованием и спортивным инвентарем в объеме достаточном для обеспечения уровня подготовки как студентов института, так и слушателей ФПК и ППК.

В Екатеринбургском институте физической культуры (филиал) ФГБОУ «Уральский государственный университет физической культуры» имеется современная материальная база для проведения физкультурно-оздоровительной работы и работы по профессиональному спортивному и профессиональному физкультурному совершенствованию. В основном корпусе имеется 3 спортивных зала (зал спортивных игр, зал гимнастики, зал борьбы), зал ЛФК, массажа.

Медицинские услуги оказываются в медицинском блоке. Все кабинеты медицинского блока укомплектованы необходимым оборудованием.