

საგამოცდო საკითხები სასწავლო კურსში

“ადაპტიური ფიზიკური აღზრდა“

1. შეზღუდული შესაძლებლობების მქონე პირთა სპორტის წარმოშობის და განვითარების ისტორია
2. იზომეტრული და იზოტონური ვარჯიშები
3. ადაპტიური ფიზიკური აღზრდის სპეციალური მეთოდური პრინციპები
4. ადაპტიური ფიზიკური აღზრდა გონებრივი ჩამორჩენილობის მქონე პირთათვის
5. მოძრაობითი დარღვევების ანალიზის პრინციპი
6. აერობული და ანაერობული ვარჯიშები
7. სუნთქვითი და სამწყობრო ვარჯიშები
8. ასაკობრივი თავისებურებების მნიშვნელობა
9. ადაპტიური სპორტის ზეგავლენა შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირების სოციალურ ინტეგრაციაზე
10. მოსამზადებელი ვარჯიშები
11. ადაპტიური ფიზიკური აღზრდა ბავშვთა ცერებრული დამბლის მქონე პირებისთვის
12. კორექციულ-განმავითარებელი მიმართულებების პრინციპი
13. ფიზიკური ვარჯიშები აქტიურობის და დატვირთვის ნიშანთვისებების მიხედვით
14. უსინათლოთა ადაპტიური ფიზიკური აღზრდა
15. დიფერენციაციისა და ინდივიდუალიზაციის პრინციპი
16. თამაშები
17. წონასწორობის და მოძრაობის კოორდინაციის განმავითარებელი ვარჯიშები
18. ადაპტიური ფიზიკური აღზრდა ყრუ-მუნჯთათვის
19. ასაკობრივი თავისებურებების აღრიცხვის პრინციპი
20. წონასტორობა და მისი მნიშვნელობა ფიზიკური განვითარების პროცესში
21. ადაპტიური ფიზიკური აღზრდა აუტისტური სპექტრის მქონე პირთათვის
22. ცოცხები, ასვლები, ტყორცნები.
23. კომპენსატორული მიმართულებების პრინციპი
24. წონასწორობის განმავითარებელი ვარჯიშები
25. ადაპტიური ფიზიკური აღზრდა ცერებრული დამბლის მქონე პირთათვის
26. ვარჯიშები წინააღმდეგობით
27. დიაგნოსტიკის პრინციპი
28. ადეკვატურობის, ვარიანტულობის და ოპტიმალურობის პრინციპი
29. განვითარების ასაკობრივი პერიოდების მაქსიმალურად გამოყენების პრინციპი
30. შშმ ბავშვების მშობლებთან მუშაობის თავისებურებები
31. ადაპტიური ფიზიკური აღზრდა ყრუ-მუნჯთათვის
32. ტანდეგობა და მისი დარღვევები
33. განვითარების ასაკობრივი პერიოდების მაქსიმალურად გამოყენების პრინციპი
34. ვარჯიშების შერჩევის მეთოდიკა
35. ფიზიკური ვარჯიშები მათი ხასიათის და ნიშან-თვისებების მიხედვით

36. ოჯახურ პირობებში სპორტული კუთხის მოწყობის მეთოდთა
37. ოჯახურ პირობებში ადაპტური ფიზიკური აღზრდის მიზნები და ამოცანები
38. ტრავმების პროფილაქტიკა და საექიმო-პერაგოგიური კონტროლი ადაპტური ფიზიკური აღზრდის პროცესში
39. ადამიანის ფიზიკური თვისებები და მათი დახასიათება
40. კუნთების სპეციფიკური თვისება