



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

# «УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

КАК ПОМОЧЬ ЛЮДЯМ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ СОХРАНИТЬ СОЦИАЛЬНУЮ И ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ АКТИВНОСТЬ?

## ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ

ЛИЦА В ВОЗРАСТЕ ОТ 50 ЛЕТ И СТАРШЕ, ВКЛЮЧАЯ СПЕЦИАЛИСТОВ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ РАБОТУ С ЛЮДЬМИ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ

2023



## КОМАНДА ПРАКТИКИ «УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

- **Соловьев Василий Борисович**, кандидат педагогических наук, доцент, проректор по учебно-воспитательной работе НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург – **общее руководство Практикой. Наставник Проекта**
- **Евсеева Ольга Эдуардовна**, доктор педагогических наук, профессор, Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, директор Института адаптивной физической культуры – главный координатор Практики. Много лет занимается вопросами работы с людьми старшего поколения. **Автор и наставник Проекта.**
- **Евсеев Сергей Петрович** - руководитель научно-педагогической школы «Методология, теория и методика адаптивной физической культуры», доктор педагогических наук, профессор, член-корреспондент Российской академии образования, заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, президент Федерации спорта ЛИН. **Наставник Проекта.**

## КОМАНДА ПРАКТИКИ «УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

- **Ладыгина Елена Борисовна** - кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры теории и методики адаптивной физической культуры. Много лет, совместно с отцом Ладыгиным Борисом Африкановичем (который в 2023 году отметил 87 -летие, и уже более 40 лет занимается вопросами здорового образа жизни и в настоящее время возглавляет группу здоровья «Обновление») занимается вопросами активного долголетия. **Автор Проекта и исполнитель.**
- **Шелехов Алексей Анатольевич** - кандидат педагогических наук, доцент, декан факультета образовательных технологий адаптивной физической культуры. Координатор и исполнитель проекта. Успешно реализовывал научно-исследовательские проекты (в рамках бюджетного финансирования по мотивации населения различных нозологических и возрастных групп к систематическим занятиям физической культурой и спортом. **Исполнитель.**

## КОМАНДА ПРАКТИКИ «УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

- **Аксенов Андрей Владимирович** - кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой теории и методики адаптивного спорта, руководитель программы дополнительного профессионального образования «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья»: технологии тестирования и оценки». **Исполнитель**
- **Грачиков Андрей Александрович** - доктор педагогических наук, доцент, профессор кафедры теории и методики адаптивного спорта, заведующий научно-практическим центром адаптивной физической культуры. Занимается вопросами студенческой науки. **Исполнитель.**
- **Крюков Илья Геннадьевич** – старший преподаватель кафедры теории и методики адаптивной физической культуры, заведующий Научно-методическим центром по реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) для инвалидов. **Исполнитель**

## ЦЕЛЬ ПРАКТИКИ

«УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

Формировать компетенции у людей в возрасте 50+ для профессиональной деятельности в сфере физической культуры



# ЗАДАЧИ ПРАКТИКИ

## «УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

- ❖ Формировать компетенции у лиц в возрасте от 50 лет и старше для профессиональной деятельности в сфере физической культуры.
- ❖ Способствовать освоению лицами в возрасте 50 лет и старше профессиональных умений и навыков для работы с людьми старшего поколения.
- ❖ Способствовать повышению уровня мотивации к непрерывному образованию и трудовой деятельности у лиц в возрасте от 50 лет и старше.
- ❖ Оказывать консультативную помощь учреждениям и организациям, осуществляющим деятельность с людьми старшего поколения.

# ОПИСАНИЕ ПРАКТИКИ

## «УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»



# ЗНАЧИМОСТЬ ПРАКТИКИ

## «УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

- ❖ На сегодня **политика государства направлена на продление активного периода жизни людям старшего поколения** через их вовлечение в различные виды деятельности, в том числе и в образовательную.
- ❖ В последние годы в сфере физической культуры и адаптивной физической культуры повысилась **востребованность кадров для работы с людьми старшего поколения.**
- ❖ В то же время, достаточно остро стоит **задача сохранения профессиональной активности** женщинами после 55 лет и мужчинами после 60 лет.
- ❖ Изучение практического опыта работы в данной области дает основание утверждать, что люди одной и той же возрастной категории лучше поймут проблемы, связанные с инволюционными процессами, происходящими в организме человека в процессе старения, поэтому **целесообразно вовлекать в образовательный процесс, направленный на обучение физкультурно-оздоровительной работе с людьми старшего поколения, именно лиц в возрасте от 50 лет и более.**



## ЗНАЧИМОСТЬ ПРАКТИКИ

«УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

- ❖ В этой связи, **обучение людей в возрасте от 50 лет и старше позволит им продолжить трудовую деятельность в сфере физической культуры людей старшего поколения**, что безусловно согласуется со Стратегией действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года; Национальным проектом «Демография»; Федеральным проектом «Старшее поколение», а также с идеями Концепции политики активного долголетия.

# ОСНОВАНИЕ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРАКТИКИ

## «УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ, статья 3, п.8, где впервые нормативно закреплено понятие непрерывного образования, которое обеспечивает возможность реализации права граждан на образование в течение всей жизни.
- Распоряжение Правительства РФ от 5 февраля 2016 г. № 164-р Стратегия действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года.
- «Стратегия действий в интересах граждан старшего поколения в Российской Федерации до 2025 года».
- Концепция политики активного долголетия [Текст] : научно-методологический докл. к XXI Апр. междунар. науч. конф. по проблемам развития экономики и общества, Москва, 2020 г. / под ред. Л. Н. Овчаровой, М. А. Морозовой, О. В. Синявской ; Нац. исслед. ун-т «Высшая школа экономики». — М. : Изд. дом Высшей школы экономики, 2020. — 40 с.

# ОСОБЕННОСТЬ ПРАКТИКИ

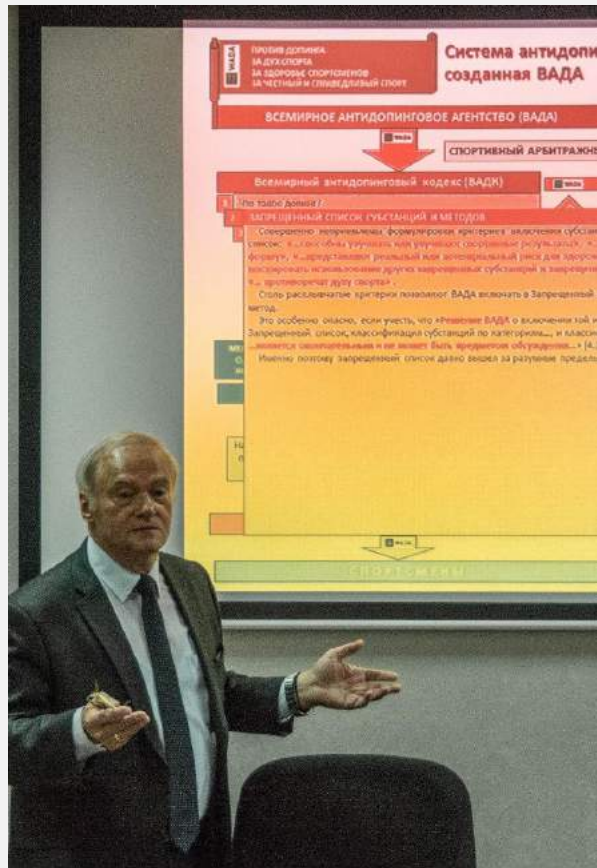
## «УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

(реализуется более 10 лет)



Особенность практики **заключается** **в комплексном подходе** к совершенствованию и формированию новых компетенций у лиц в возрасте от 50 лет и старше в процессе их обучения **по программам дополнительного профессионального образования** по физической культуре и адаптивной физической культуре.

# ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ



«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Руководитель: Евсеев С.П. - д-р, пед. наук, профессор, заведующий кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры

Ссылка на сайт НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург

[http://lesgaft.spb.ru/ru/fpk\\_course/fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otkloneniymi-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya](http://lesgaft.spb.ru/ru/fpk_course/fizicheskaya-kultura-dlya-lic-s-otkloneniymi-v-sostoyanii-zdorovya-adaptivnaya)

## КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ПО ПРОГРАММАМ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

С 2011 года сотрудники НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург проводили курсы повышения квалификации специалистов по работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов по специально разработанной 72 – часовой программе:

**«Инновационные технологии адаптивной физической культуры, физической культуры и спорта в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения».**

В одном из разделов программы рассматривались вопросы:

- **классификация, принципы и средства комплексной реабилитации** лиц с отклонениями в состоянии здоровья,
- основы деонтологии **и этики общения с инвалидами и людьми старшего поколения.**

# ОХВАТ РЕГИОНОВ

КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ПРОШЛИ В 8-МИ ФЕДЕРАЛЬНЫХ ОКРУГАХ  
В РАМКАХ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПРОГРАММЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ «ДОСТУПНАЯ СРЕДА»



# ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

разработанные в НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

- **«Адаптивная физическая культура»**

Руководитель: Евсеева О.Э. - д-р, пед. наук, профессор, Заслуженный работник высшей школы Российской Федерации, директор Института адаптивной физической культуры

[http://lesgaft.spb.ru/ru/fpk\\_course/adaptivnaya-fizicheskaya-kultura](http://lesgaft.spb.ru/ru/fpk_course/adaptivnaya-fizicheskaya-kultura)

- **«Адаптивная физическая культура в геронтологии»**

Руководитель: Ладыгина Е.Б. - канд, пед. наук, доцент, профессор кафедры теории и методики адаптивной физической культуры

[http://lesgaft.spb.ru/ru/fpk\\_course/adaptivnaya-fizicheskaya-kultura-v-gerontologii](http://lesgaft.spb.ru/ru/fpk_course/adaptivnaya-fizicheskaya-kultura-v-gerontologii)

- **«Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья»: технологии тестирования и оценки»**

Руководитель: Аксенов А.В.- канд, пед. наук, доцент, заведующий кафедрой теории и методики адаптивного спорта

[http://lesgaft.spb.ru/ru/fpk\\_course/vserossiyskiy-fizkulturno-sportivnyy-kompleks-gotov-k-trudu-i-oborone-gto-dlya-invalidov](http://lesgaft.spb.ru/ru/fpk_course/vserossiyskiy-fizkulturno-sportivnyy-kompleks-gotov-k-trudu-i-oborone-gto-dlya-invalidov)



## ПОДХОДЫ В ОБУЧЕНИИ ЛИЦ В ВОЗРАСТЕ ОТ 50 ЛЕТ И СТАРШЕ

ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ- ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)

- **студенто-центрированный подход**
- **пациенто-центрированный подход**
- **мультидисциплинарный подход,** который позволяет выпускнику **работать в мультидисциплинарной команде** и выполнять трудовые функции и трудовые действия в соответствии с профессиональными стандартами.

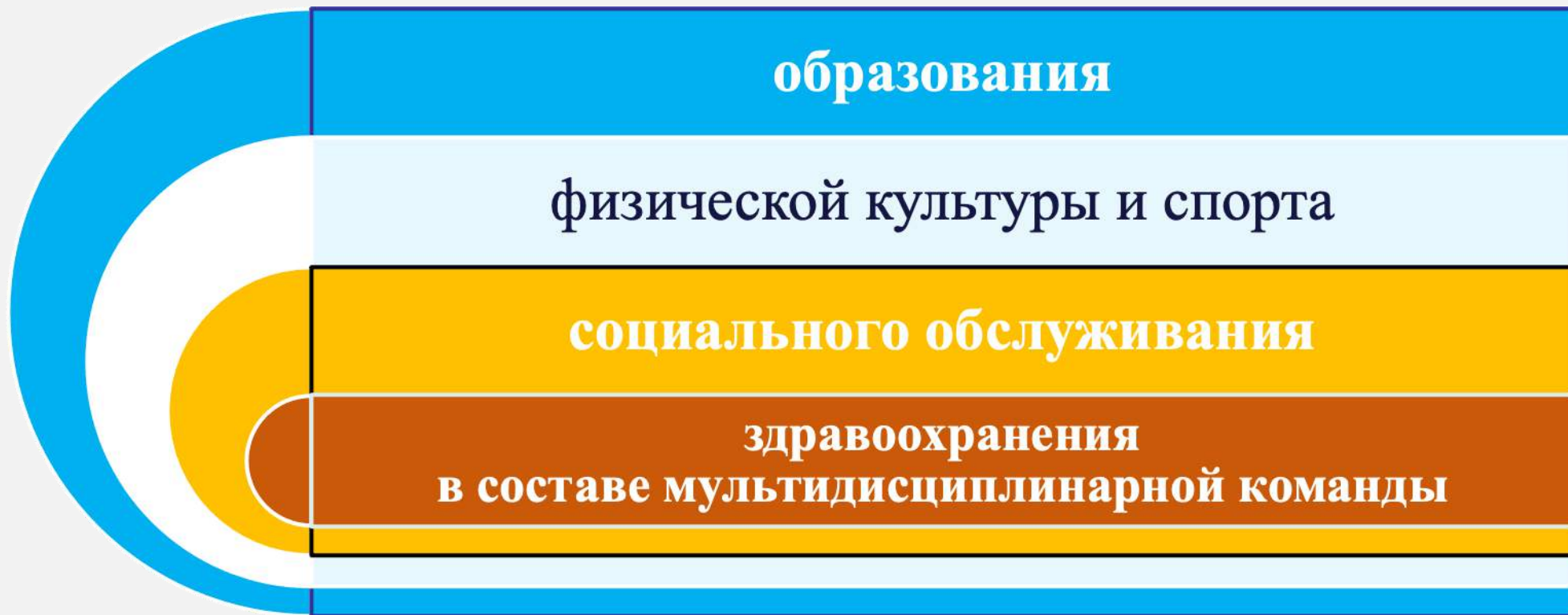




# ПРИМЕР МУЛЬТИДИСЦИПЛИНАРНОЙ КОМАНДЫ

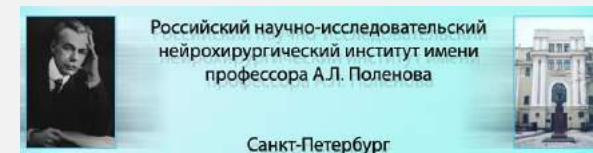
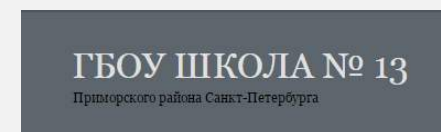


После освоения образовательной программы по работе лицами старшего поколения и лицами с ОВЗ выпускник овладевает спектром компетенций, которые в дальнейшем позволяют ему выстраивать свою профессиональную траекторию **в соответствии с требованиями профессиональных стандартов в сферах:**



# ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЛИЦ В ВОЗРАСТЕ ОТ 50 ЛЕТ И СТАРШЕ

Практическая подготовка обучающихся проходит в Комплексных центрах социального обслуживания населения (КЦСОнах), в домах престарелых, в Центрах спорта. Основным партнером и базой практики является Центр физической культуры, спорта и здоровья Калининского р-на г. Санкт-Петербурга, в котором проводятся физкультурно-оздоровительные занятия с людьми старшего поколения в группе здоровья «Обновление» по специально разработанным здоровьесберегающим технологиям адаптивной физической культуры.



# ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЛИЦ В ВОЗРАСТЕ ОТ 50 ЛЕТ И СТАРШЕ

В процессе практической подготовки обучающиеся:

- ❖ **проводят занятия с людьми старшего поколения** и обучают их двигательным действиям по специально разработанным здоровьесберегающим технологиям,
- ❖ **разрабатывают содержание бесед и мастер-классов** по тематике активного долголетия, в том числе с использованием медиа среды.





# ПОВЫШЕНИЯ СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

ОБУЧАЮЩИХСЯ В ВОЗРАСТЕ ОТ 50 ЛЕТ И СТАРШЕ

Для повышения социальной активности и получения практического опыта в профессиональной деятельности лица в возрасте от 50 лет и старше, обучающиеся на курсах, приобщаются к участию в физкультурно-спортивных, культурных, образовательных мероприятиях, проводимых в г. Санкт-Петербурге.



# ПОИСК ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ ЛЮДЕЙ СТАРШЕГО ПОКОЛЕНИЯ В ТОМ ЧИСЛЕ, В РАМКАХ ВЫПОЛНЕНИЯ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ

Изучался опыт работы с людьми старшего поколения:

- ❖ **отечественных специалистов и практиков;**
- ❖ **зарубежных коллег**, в частности, в рамках международной программы «Tempus», по подготовке физических терапевтов по геронтологическому направлению на факультете здравоохранения и социальной помощи в Кингстонском университете (госпиталь Св. Георгия, Лондон).

Группа преподавателей нашего Университета знакомилась:

- **с методами обучения специалистов** по геронтологическому направлению,
- **с технологиями работы с людьми старшего поколения.**



# РАЗРАБОТКА УЧЕБНЫХ ПОСОБИЙ И МЕТОДИЧЕСКИХ РЕКОМЕНДАЦИЙ

В ТОМ ЧИСЛЕ, В РАМКАХ ВЫПОЛНЕНИЯ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ

Осуществляется разработка учебных пособий и методических рекомендаций по вопросам продления активного периода жизни человека средствами адаптивной физической культуры:

- ❖ **для обучающихся (в возрасте от 50 лет и старше)** в НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург по направлению подготовки – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура),
- ❖ **для специалистов**, осуществляющих работу с людьми старшего поколения;
- ❖ **для людей старшего возраста**, занимающихся адаптивной физической культурой в группах здоровья.

# РАЗРАБОТКА УЧЕБНЫХ ПОСОБИЙ И МЕТОДИЧЕСКИХ РЕКОМЕНДАЦИЙ

В ТОМ ЧИСЛЕ, В РАМКАХ ВЫПОЛНЕНИЯ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ

Благодаря накопленному опыту в области работы с людьми старшего поколения разработано:

- ❖ **электив:** «Реабилитация лиц пожилого возраста средствами адаптивной физической культуры». Цель - понимание студентами нужд пожилых людей и освоение знаний, методических и практических умений и навыков для работы с лицами пожилого возраста;
- ❖ **учебное пособие** «Частные методики адаптивной физической культуры для лиц пожилого и старшего возраста»;
- ❖ **учебное пособие** «Адаптивная физическая культура в геронтологии»;
- ❖ **профиль** основной образовательной программы «Технологии работы с лицами пожилого и старшего возраста».



# ДИСЦИПЛИНЫ

ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ- ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)

Модуль дисциплины "Частные методики"  
«Частные методики при работе с людьми  
пожилого возраста»

Дисциплина  
«АФК в геронтологии»

Дисциплина "Этика в профессиональной  
деятельности»



# ТЕМЫ ЗАНЯТИЙ, ВКЛЮЧЕННЫЕ В ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ- ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА)

- ❖ анатомо-физиологические и психологические особенности лиц старшего поколения,
- ❖ организационно-методические основы адаптивной физической культуры с лицами старшего поколения,
- ❖ средства физической культуры и адаптивной физической культуры для продления активного долголетия,
- ❖ контроль и самоконтроль нагрузок в процессе занятий адаптивной физической культурой с людьми старшего поколения,
- ❖ профилактика падений людей старшего поколения,
- ❖ этика общения с людьми старшего поколения и другие.

# В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ

## ЛИЦА В ВОЗРАСТЕ ОТ 50 ЛЕТ И СТАРШЕ

### получают знания по:

- ❖ анатомо-физиологическим и психологическим особенностям представителей старшего поколения,
- ❖ пониманию проблем людей старшего поколения, включая лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ),
- ❖ организационно-методическим основам проведения занятий физической культурой с людьми старшего поколения.

## В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ЛИЦА В ВОЗРАСТЕ ОТ 50 ЛЕТ И СТАРШЕ

### осваивают умения по:

- ❖ разработке содержания занятий физической культурой с людьми старшего поколения,
- ❖ проведению физкультурно-оздоровительных занятий с людьми старшего поколения с применением здоровьесберегающих технологий физической культуры с учетом показаний и противопоказаний занимающихся к двигательной активности,
- ❖ осуществлению контроля и самоконтроля нагрузок, в процессе занятий физическими упражнениями с людьми старшего поколения.

## В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ ЛИЦА В ВОЗРАСТЕ ОТ 50 ЛЕТ И СТАРШЕ

### получают опыт по:

- ❖ безбарьерному общению с людьми старшего поколения,
- ❖ проведению физкультурно-оздоровительных занятий с людьми старшего поколения,
- ❖ участию в физкультурно-спортивных, культурных, образовательных мероприятиях с людьми старшего поколения.

# ПРАКТИКА «УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

ВНЕДРЕНА

- ❖ В Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»
- ❖ В Санкт-Петербургское государственное учреждение Центр физической культуры, спорта и здоровья Калининского района



# АКТЫ ВНЕДРЕНИЯ РАЗРАБОТОК В ПРАКТИКУ

АКТ  
внедрения результатов научного исследования в практику  
г. Санкт-Петербург « 2 » июля 2021 г.

Мы, нижеподписавшиеся, представители Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» - проректор по учебно-воспитательной работе НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, доктор педагогических наук, доцент Щенникова Марина Юрьевна и исполнители научно-исследовательской работы «Исследование средств и методов, направленных на формирование мотивации у лиц с ограниченными возможностями (с учетом сенсорных, двигательных и ментальных нарушений) к систематическим занятиям физической культурой и спортом на примере Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Гитов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов» - профессор кафедры теории и методики адаптивной физической культуры, доктор педагогических наук, профессор, член - корреспондент РАО Есеев Сергей Петрович, заведующий кафедрой теории и методики адаптивного спорта, кандидат педагогических наук, доцент Аксенов Андрей Владимирович, старший преподаватель кафедры теории и методики адаптивной физической культуры, заведующий НМЦ по реализации ВФСК ГТО для инвалидов Крюков Илья Геннадьевич с другой стороны, составили настоящий акт о том, что в 2021 году в лекционный курс дисциплины «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Гитов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья», реализуемой в учебном процессе по направлению подготовки 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), был внедрен теоретический материал, полученный в ходе исследования.

Ф.И.О. авторов внедрения	Наименование научной разработки	Эффект от внедрения
Есеев Сергей Петрович	Лекционный курс: «Средства и методы, направленные на формирование мотивации у лиц с ограниченными возможностями (с учетом сенсорных, двигательных и ментальных нарушений) к систематическим занятиям физической культурой и спортом на примере Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Гитов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов».	Повысился уровень компетентности у студентов, осваивающих направление подготовки 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).
Аксенов Андрей Владимирович		
Крюков Илья Геннадьевич		

Представители НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург:

Проректор по учебно-воспитательной работе, доктор педагогических наук, доцент Щенникова М.Ю.  
 Профессор кафедры ТИМАФК, доктор педагогических наук, профессор, член-корреспондент РАО Есеев С.П.  
 Заведующий кафедрой ТИМАС, кандидат педагогических наук, доцент Аксенов А.В.  
 Старший преподаватель кафедры ТИМАФК, заведующий НМЦ по реализации ВФСК ГТО для инвалидов Крюков И.Г.

Почтовый адрес: 190121, г. Санкт-Петербург, ул. Девябристов, д. 35  
 Тел./факс: 8 (812) 714 10 84 Официальный сайт: <http://www.kogafl.spb.ru>

АКТ  
внедрения результатов научного исследования в практику  
г. Санкт-Петербург « 2 » июля 2021 г.

Мы, нижеподписавшиеся, представители Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» - проректор по учебно-воспитательной работе НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, доктор педагогических наук, доцент Щенникова Марина Юрьевна и исполнители научно-исследовательской работы «Разработка научно обоснованных предложений по совершенствованию процессов физической подготовки, образования, воспитания и социализации лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, средствами и методами адаптивной двигательной рекреации и адаптивного спорта» - директор Института адаптивной физической культуры, доктор педагогических наук, профессор Есеева Ольга Эдуардовна, декан факультета образовательных технологий адаптивной физической культуры кандидат педагогических наук Шелехов Алексей Анатольевич, профессор кафедры теории и методики адаптивной физической культуры, кандидат педагогических наук, доцент Лядыгина Елена Борисовна с другой стороны, составили настоящий акт о том, что в 2021 году в лекционный курс дисциплины «Адаптивная двигательная рекреация», реализуемой в учебном процессе по направлению подготовки 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), был внедрен теоретический материал, полученный в ходе исследования.

Ф.И.О. авторов внедрения	Наименование научной разработки	Эффект от внедрения
Есеева Ольга Эдуардовна	Лекционный курс: «Совершенствование процессов физической подготовки, образования, воспитания и социализации лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, средствами и методами адаптивной двигательной рекреации».	Повысился уровень компетентности у студентов, осваивающих направление подготовки 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).
Шелехов Алексей Анатольевич		
Лядыгина Елена Борисовна		

Представители НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург:

Проректор по учебно-воспитательной работе, доктор педагогических наук, доцент Щенникова М.Ю.  
 Директор Института АФК, доктор педагогических наук, профессор Есеева О.Э.  
 Декан ФОТ АФК, кандидат педагогических наук, доцент Шелехов А.А.  
 Профессор кафедры ТИМАФК, кандидат педагогических наук, доцент Лядыгина Е.Б.

Почтовый адрес: 190121, г. Санкт-Петербург, ул. Девябристов, д. 35  
 Тел./факс: 8 (812) 714 10 84 Официальный сайт: <http://www.kogafl.spb.ru>



# АКТЫ ВНЕДРЕНИЯ РАЗРАБОТОК В ПРАКТИКУ

АКТ  
внедрения результатов научного исследования в практику

г. Санкт-Петербург «20» сентября 2021 г.

Мы, нижеподписавшиеся, директор СПб ГБУ «Центр физической культуры, спорта и здоровья Калининского района» - Камеев Дмитрий Леонидович, с одной стороны, а также декан факультета образовательных технологий адаптивной физической культуры, кандидат педагогических наук Шелехов Алексей Анатольевич, директор Института адаптивной физической культуры, доктор педагогических наук, профессор Ессеева Ольга Эдуардовна, профессор кафедры теории и методики адаптивной физической культуры, кандидат педагогических наук, доцент Ладыгина Елена Борисовна, с другой стороны, составили настоящий акт о том, что в 2021 году в физкультурно-оздоровительный процесс лиц пожилого возраста, осуществляемый в СПб ГБУ «Центр физической культуры, спорта и здоровья Калининского района» были внедрены методические рекомендации «Технологии адаптивной двигательной рекреации».

Ф.И.О. авторов внедрения	Наименование научной разработки	Эффект от внедрения
Шелехов Алексей Анатольевич Ессеева Ольга Эдуардовна Ладыгина Елена Борисовна	Методические рекомендации: «Технологии адаптивной двигательной рекреации».	Повысился уровень физической подготовленности у занимающихся пожилого возраста.

Представитель Санкт-Петербургского государственного бюджетного учреждения «Центр физической культуры, спорта и здоровья Калининского района»

Директор СПб ГБУ «ЦФКС и З Калининского р-на»  Камеев Д.Л.

Почтовый адрес: 195274, Санкт-Петербург, ул. Демьяна Бедного, д. 9  
Тел.: 8 (812) 597-72-64 Официальный сайт: <https://kcalib.ru/administratsiya/>

Представитель НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург:

Декан ФОТ АФК, к.п.н.  Шелехов А.А.

Директор Института АФК, д-р, пед. н., профессор  Ессеева О.Э.

Профессор кафедры ТИМАФК, к.п.н., доцент  Ладыгина Е.Б.

Почтовый адрес: 190121, г. Санкт-Петербург, ул. Деснянский, д. 35  
Тел.: 8 (812) 714 10 84 Официальный сайт: <http://www.fespa.fsbph.ru/>

АКТ  
внедрения результатов научного исследования в практику

г. Санкт-Петербург «20» сентября 2021 г.

Мы, нижеподписавшиеся, директор СПб ГБУ «Центр физической культуры, спорта и здоровья Калининского района» - Камеев Дмитрий Леонидович, начальник отдела «Центр тестирования ВФСК ГТО» СПб ГБУ «Центр физической культуры, спорта и здоровья Калининского района» - Сабаса Екатерина Петровна, с одной стороны, а также профессор кафедры теории и методики адаптивной физической культуры, доктор педагогических наук, член-корреспондент РАО, профессор Ессеев Сергей Петрович, директор Института адаптивной физической культуры, доктор педагогических наук, профессор Ессеева Ольга Эдуардовна, профессор кафедры теории и методики адаптивной физической культуры, кандидат педагогических наук, доцент Ладыгина Елена Борисовна, с другой стороны, составили настоящий акт о том, что в 2021 году в физкультурно-оздоровительный процесс лиц пожилого возраста, осуществляемый в СПб ГБУ «Центр физической культуры, спорта и здоровья Калининского района» были внедрены методические рекомендации «Применение средств и методов формирования мотивации у лиц пожилого возраста при подготовке и выполнении нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов с учетом результатов их тестирования».

Ф.И.О. авторов внедрения	Наименование научной разработки	Эффект от внедрения
Ессеев Сергей Петрович Ессеева Ольга Эдуардовна Ладыгина Елена Борисовна	Методические рекомендации «Применение средств и методов формирования мотивации у лиц пожилого возраста при подготовке и выполнении нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов».	Увеличилось количество занимающихся пожилого возраста, желающих выполнять нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов.

Представитель Санкт-Петербургского государственного бюджетного учреждения «Центр физической культуры, спорта и здоровья Калининского района»

Директор СПб ГБУ «ЦФКС и З Калининского р-на»  Камеев Д.Л.

Начальник отдела «Центр тестирования ВФСК ГТО» СПб ГБУ «ЦФКС и З Калининского р-на»  Сабаса Е.П.

Почтовый адрес: 195274, Санкт-Петербург, ул. Демьяна Бедного, д. 9  
Тел.: 8 (812) 597-72-64 Официальный сайт: <https://kcalib.ru/administratsiya/>

Представитель НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург:

Профессор кафедры ТИМАФК, д-р, пед. н., профессор, член-корреспондент РАО  Ессеев С.П.

Директор Института АФК, д-р, пед. н., профессор  Ессеева О.Э.

Профессор кафедры ТИМАФК, к.п.н., доцент  Ладыгина Е.Б.

Почтовый адрес: 190121, г. Санкт-Петербург, ул. Демьянский, д. 35  
Тел.: 8 (812) 714 10 84 Официальный сайт: <http://www.fespa.fsbph.ru/>



## ПУБЛИКАЦИИ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРАКТИКИ «УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

Результаты регулярно публикуются в журналах и  
доклаждаются на конференциях и конгрессах

- ❖ Евсеев, С.П. **Федеральные курсы повышения квалификации по адаптивной физической культуре в действии** /С.П.Евсеев, О.Э.Евсеева, Ю.Ю.Вишнякова, С.С.Матвеева// Адаптивная физическая культура - № 1(81) - 2020 год – С. 2-3.
- ❖ Евсеева, О.Э. [Диагностика качества профессионального образования в области адаптивной физической культуры с учетом требований национальной системы квалификаций](#) / Евсеева О.Э., Вишнякова Ю.Ю., Аксенов А.В., Шелехов А.А. // [Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта](#). -2021.- [№ 2 \(192\)](#). -С. 82-86. (ВАК)
- ❖ Евсеев, С.П. **Инновационные технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре** / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, А.В. Аксенов, А.В. Шевцов // Теория и практика физической культуры. – 2021. – №10. – С. 80-82. (ВАК, Scopus)

## ПУБЛИКАЦИИ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРАКТИКИ «УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

- ❖ Евсева, О.Э. [Реализация дополнительных профессиональных программ по адаптивной физической культуре в Российской Федерации](#) / Евсева О.Э., Вишнякова Ю.Ю. // В сборнике: Материалы итоговой научно-практической конференции профессорско-преподавательского состава Национального государственного Университета физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, за 2020 г., посвященной 125-летию Университета. Министерство спорта Российской Федерации, Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – 2021. С. 87-91.
- ❖ Евсева, О.Э. **Подготовка специалистов по адаптивной физической культуре для работы с людьми пожилого возраста** / О.Э. Евсева, Е.Б. Ладыгина / Материалы международной научно-практической конференции преподавателей вузов, учителей школ, студентов и молодых ученых «Физическая культура и спорт в системе образования: опыт и перспективы развития», г.Алматы, Казахстан, 10 февраля 2022 г. / Алматы: Казак университеті, 2022. - С.465-468.

## ПУБЛИКАЦИИ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРАКТИКИ «УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

- ❖ Евсеев, С.П. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья: концепция, состояние, перспективы развития /С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева, Ю.Ю.Вишнякова, А.В.Аксенов, А.А.Шелехов // Человек. Спорт. Медицина.-Т20.-2020.- № 51.-С. 27-35. (ВАК, Scopus, Web of Science )
- ❖ Евсеев, С.П. Повышение квалификации судей по видам спорта как необходимое условие реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) для инвалидов/С.П.Евсеев, О.Э.Евсеева, А.В. Аксенов, И.Г.Крюков// Адаптивная физическая культура - №2 (78) - 2019 год – С. 2-3.
- ❖ Шелехов, А.А. Влияние действующих нормативов испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» для инвалидов на мотивацию лиц пожилого возраста к систематическим занятиям адаптивной физической культурой/ А.А.Шелехов, О.Э.Евсеева, И.Г.Ненахов, Е.Б.Ладыгина//Ученые записки университета им. П.Ф.Лесгафта. - 2021. - № 9 (199) - С. 328-335. (ВАК)

## ПУБЛИКАЦИИ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРАКТИКИ «УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

- ❖ Евсеева, О.Э. Информационное обеспечение как элемент повышения мотивации лиц пожилого возраста с ОВЗ, включая инвалидов к подготовке выполнению норм ВФСК ГТО для инвалидов [Текст] / О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина, А.А. Грачиков, А.Ю. Рябчиков // Материалы V Всероссийской научно-практической конференции «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов» (23 июня 2021 года) / Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург: [б.и.], 2021. – С. 57- 62.
- ❖ Ладыгина, Е.Б. Особенности организации физической подготовки лиц пожилого возраста для выполнения нормативов испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» [Текст] / Е.Б.Ладыгина, О.Э.Евсеева, А.А.Грачиков, А.А. Шелехов, А.Ю.Рябчиков// Материалы X Международного Конгресса «Спорт, Человек, Здоровье». - Санкт-Петербург, 2021. – С. 298-301.
- ❖ Подготовка физических терапевтов / О.Э. Аксенова, Е // Адаптивная физическая культура»– Санкт-Петербург. - №1(25). - 2006– С.40

# РЕЗУЛЬТАТЫ ПРАКТИКИ

«УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

Практика реализуется более 10 лет



## КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ

- ❖ 779 лиц в возрасте от 50 лет и более прошли обучение, повысившее их востребованность на рынке труда.
- ❖ Более 20 статей опубликовано по вопросам подготовки кадров в сфере физической культуры.

## КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ

- ❖ Разработано и проведено более 20 мастер-классов, по вопросам активного долголетия.
- ❖ Обучающиеся в возрасте от 50 лет и старше приняли участие в более чем в 20 мероприятиях, организованных для людей старшего поколения.





## КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ

Проведено обучение группы волонтеров в возрасте от 50 лет и старше (15 человек) Еврейской благотворительной общественной организации инвалидов «Ева» по специально разработанной программе дополнительного профессионального образования (72 часа) по теме: «Адаптивная физическая культура лиц пожилого возраста» и подготовлены методические рекомендации для обучающихся «Методики адаптивной физической культуры в работе с лицами пожилого и старшего возраста», которые продолжили волонтерскую деятельность на новом уровне.





## КОЛИЧЕСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ



Проведены выездные курсы повышения квалификации (в г. Москве) инструкторов АНО «ЦСПА «Лыжи мечты» Сергея Белоголовцева» (16 человек) по специально разработанной программе дополнительного профессионального образования (72 часа) по теме: «Адаптивная физическая культура лиц пожилого возраста».

## КАЧЕСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ

- ❖ **Практика «Учиться никогда не поздно»** (далее Практика) по обучению лиц в возрасте 50 лет и старше, **реализуется в НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург более 5 лет.**
- ❖ **Наблюдается рост заинтересованности лиц в возрасте от 50 лет и старше** в получении образования в области адаптивной физической культуры
- ❖ **Наблюдается рост слушателей в возрасте от 50 лет и старше курсов повышения квалификации** по программам дополнительного профессионального образования.

## КАЧЕСТВЕННЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ

- ❖ Наблюдается рост заинтересованности лиц в возрасте от 50 лет и старше в получении образования в области физической культуры.
- ❖ Наблюдается рост заинтересованных в сотрудничестве с НГУ им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург учреждений, работающих с людьми старшего поколения.

# МАШТАБИРОВАНИЕ ПРАКТИКИ «УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО» ВНЕДРЕНИЕ ПРОЕКТА «УНИВЕРСИТЕТ СТАРШЕГО ВОЗРАСТА «АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ»

ОПУБЛИКОВАНО В ЖУРНАЛЕ «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» № 2(82), 2020

## Цель проекта:

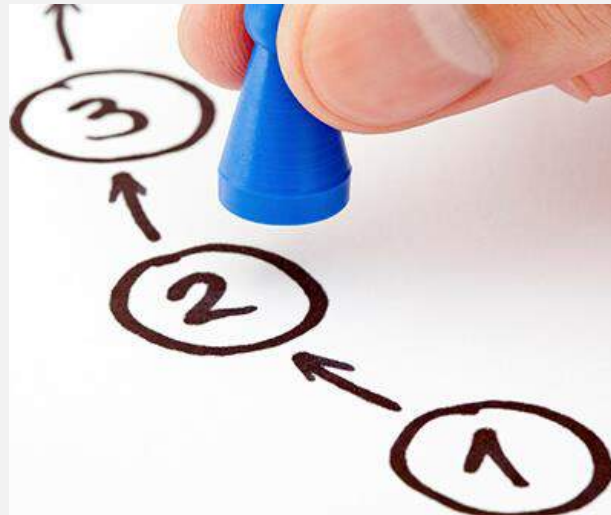
Создание дополнительных условий для продления активного периода жизни и улучшения ее качества людям старшего поколения через вовлечение их в различные виды деятельности (*физкультурно-оздоровительную, спортивную, творческую, культурную, образовательную и др.*). Способствовать формированию единого пространства для развития технологий активного долголетия с применением средств физической культуры и адаптивной физической культуры.



# ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРАКТИКИ

«УЧИТЬСЯ НИКОГДА НЕ ПОЗДНО»

Практика содержит 3 этапа



# 1 ЭТАП ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ

*(3 МЕСЯЦА)*

- ❖ составление плана мероприятий по обучению лиц в возрасте от 50 лет и старше,
- ❖ разработка образовательных программ дополнительного образования для лиц в возрасте от 50 лет и старше,
- ❖ привлечение к сотрудничеству представителей заинтересованных учреждений, осуществляющих работу с людьми старшего поколения, посредством размещения информации на официальных сайтах организаций,

## 2 ЭТАП ОСНОВНОЙ

*(6 МЕСЯЦЕВ)*

- ❖ закупка необходимого оборудования для осуществления учебного процесса (для проведения теоретических, практических занятий и мастер-классов),
- ❖ подготовка к изданию и печати учебных материалов,
- ❖ проведение курсов повышения квалификации с лицами в возрасте от 50 лет и старше по разработанной программе,



## 3 ЭТАП АНАЛИТИЧЕСКИЙ

*(3 МЕСЯЦА)*

- ❖ подготовка материалов к публикации о реализации Практики «Учиться никогда на поздно».
- ❖ составление отчета о проделанной работе по реализации проекта Практики «Учиться никогда на поздно».

**БЛАГОДАРИМ ЗА ВНИМАНИЕ!**