

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ставропольский государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины	<b>Адаптивный спорт</b>
Направление подготовки	49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль)	Адаптивное физическое воспитание
Форма обучения	заочная
Год начала подготовки	2022
Всего ЗЕТ	3
Всего часов	108
Из них	
Контактная работа по видам занятий	16
лекции	4
практические занятия	12
Самостоятельная работа	92
Зачет	7 семестр
Контрольная работа	7 семестр

г. Ставрополь, 2022 г.

### **1. Цели и задачи освоения дисциплины**

Цель освоения дисциплины – формирование компетенций в области теории и методики организации и проведения подвижных игр в системе профилактической и лечебной деятельности с лицами с ограниченными возможностями, больными и ослабленными детьми с учетом состояния их здоровья, различных возрастных и нозологических групп. Программа разработана в соответствии ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденным приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 № 942.

### **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина относится к обязательной части «Дисциплины» ОПОП, (обязательной часть) её изучение осуществляется во 7 семестре.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, формируемые следующими дисциплинами:

1. Теория и организация адаптивной физической культуры (4-5 семестр).
2. Базовые виды двигательной деятельности (1-5 семестр).
3. Правила организации и проведения соревнований для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (4 семестр).

Знания, умения и навыки, полученные при изучении данной дисциплины необходимы для успешного освоения следующих дисциплин:

1. Специальная педагогика (9 семестр);
2. Адаптивное физическое воспитание взрослого населения (10 семестр).

### **3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

– Профессиональный стандарт «Тренер по адаптивной физической культуре и спорту» (утвержден приказом Минтруда России от 02.04.2019 N 199н; регистрационный номер - 136; код - 05.002). (ТФ – В/02.5)

– Профессиональный стандарт «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре» (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 02.04.2019 г. N 197н; регистрационный номер – 157; код - 05.004). (ТФ – В/02.6)

Коды и содержание индикаторов компетенции	Планируемые результаты обучения (дескрипторы)		
	Знать	Уметь	Владеть навыками
<b>ОПК-2</b> Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры			
<b>И опк 2.1</b> Владеет методиками обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры	Применяет методики адаптивной физической культуры для поддержания физического и психического здоровья с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности	Уметь применять методы и средства адаптивной физической культуры для поддержания физического и психического здоровья с учетом физиологических особенностей занимающихся.	Оценки физической подготовленности на занятиях по адаптивной физической культуре и спорту.
<b>И опк 2.2</b> Оценки физической подготовленности на занятиях по адаптивной физической культуре и спорту.	Теоретические основы для составления методической документации по проведению набора в группы занятий по АФК и разработки программ по видам АФК	Разрабатывать методическую документацию по проведению набора в группы занятий по АФК;	Составления документации разработки программ по видам АФК составления комплекса общеразвивающих и специальных упражнений .
<b>ОПК-13.</b> Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся			

<p><b>И опк 13.1</b> Владеет положениями теории физической культуры, планирования занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся</p>	<p>Цели и задачи адаптивного спорта. Влияние нагрузки на анатомо-морфологические и психологические характеристики занимающихся различного пола и возраста, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся</p>	<p>Планировать занятия и спортивные мероприятия с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья по видам спорта.</p>	<p>Владеет положениями теории физической культуры, и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся.</p>
<p><b>ПК-2</b> Способен осуществлять методическое обеспечение процессов физкультурной и спортивной деятельности в отношении лиц с ограниченными возможностями здоровья</p>			
<p><b>Ипк-2.1</b> разрабатывает программы по видам АФК</p>	<p>Теоретические основы для составления методической документации по проведению набора в группы занятий по АФК и разработки программ по видам АФК</p>	<p>Разрабатывать методическую документацию по проведению набора в группы занятий по АФК; Разрабатывать программы по видам АФК.</p>	<p>Составления документации разработки программ по видам АФК.</p>
<p><b>Ипк-2.2</b> разрабатывает комплексы восстановительных мероприятий направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций</p>	<p>Теоретическую часть Комплексов специальных упражнений для всех нозологических групп включая инвалидов</p>	<p>Проводить с лицами, имеющие ограниченные возможности здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп, тренировок на основе комплекса специальных упражнений для восстановления утраченных функций</p>	<p>Составления комплекса общеразвивающих и специальных упражнений. Владеет терминологией различных видов спорта.</p>
<p><b>Ипк-2.3</b> оценивает эффективность применяемых методов оздоровительных занятий</p>	<p>Знает методы оздоровительных мероприятий влияние нагрузки на анатомо-морфологические и</p>	<p>Использовать средства, методы, приемы оздоровительных занятий.</p>	<p>Проведением занятий с лицами, имеющие ограниченные возможности здоровья; Составлением комплекса ОРУ .</p>

	психологические характеристики		
--	--------------------------------	--	--

**4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Се- местр	Наименование разделов дисциплины	Контактная аудиторная работа обучающихся с преподавателем в часах, в том числе					Самостоятельная работа, в том числе консультации		
		Лекции	Практические занятия	Семинарские занятия	Лабораторные	Клинические практические	Контроль самостоятельной работы	Групповые консультации	Самостоятельная работа, в том числе индивидуальные консультации
7	<b>Раздел 1.</b> Методологические основы теории адаптивного спорта: введение в теорию адаптивного спорта	4							44
7	<b>Раздел 2.</b> Построение спортивной подготовки инвалидов, основные компоненты спортивной тренировки		12						44
	<b>Промежуточная аттестация – зачёт</b>								4
	Итого по дисциплине:	4	12						92
	<b>Часов: 108</b>	<b>Зач.ед. 3</b>		<b>16</b>			<b>92</b>		
	Объём профессиональной практической подготовки	0 час/ 0%					0 час/ 0%		
	Объём профессионально направленной подготовки	12 час./75 %					44 час./50%		

**5. Содержание дисциплины, структурированное по разделам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**5.1. Содержание разделов дисциплины**

Код индикатора	Наименование разделов и тем дисциплины	Краткое содержание разделов и тем
----------------	--	-----------------------------------

компетенции		
<i>7 семестр</i>		
Иопк 2.1 Иопк 2.2 Иопк 13.1	Раздел 1. Методологические основы теории адаптивного спорта: введение в теорию адаптивного спорта	1. Введение в теорию адаптивного спорта 2. Специфика спортивной деятельности спортсменов-инвалидов.
Иопк 2.1 Иопк 2.2 Ипк-2.1 Ипк-2.2 Ипк-2.3 Иопк 13.1	<b>Раздел 2.</b> Построение спортивной подготовки инвалидов, основные компоненты спортивной тренировки	1. Средства и методы спортивной подготовки инвалидов 2. Структура многолетней подготовки инвалидов к соревнованиям. 3. Виды подготовки спортсмена, содержание сторон и направлений спортивной подготовки Инвалидов.

## 5.2. Лекции

№ Раздела	Наименование лекций	Кол-во часов	Перечень учебных вопросов	Форма проведения	Практическая подготовка (ПП/ПНП)
1	<b>Тема 1.</b> Введение в теорию адаптивного спорта	2	1. Теория адаптивного спорта как научная дисциплина 2. Теория спорта как наука об основных закономерностях спортивной деятельности и путях повышения ее эффективности. 3. Связь теории адаптивного спорта с другими дисциплинами	ОФО	-
	<b>Тема 2.</b> Специфика спортивной деятельности спортсменов-инвалидов.	2	1. Структура теории адаптивного спорта и краткая характеристика ее основных разделов (теории спортивных соревнований, теории спортивной подготовки, теории спортивного отбора). 2. Базовый (массовый) спорт и спорт высших	ОФО	-

			достижений их особенности и взаимообусловленность. 3. Роль международных спортивных организаций в развитии современного спорта.		
	<b>Всего часов</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	

### 5.3. Семинары

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

### 5.4. Лабораторные занятия

«Данный вид работы не предусмотрен учебным планом»

### 5.5. Практические занятия

№ Раздела	Наименование лекций	Кол-во часов	Перечень учебных вопросов	Форма проведения	Практическая подготовка (ПП/ПНП)
2	<b>Тема 1.</b> Средства и методы спортивной подготовки инвалидов	4	1. Отличительные черты двигательных умений и навыков. 2. Взаимодействие (перенос) двигательных навыков, его виды и разновидности. 3. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения, способы предупреждения и исправления. 4. Структура процесса обучения двигательным действиям и логики его этапов.	ОФО	ПНП
2	<b>Тема 2</b> Структура многолетней подготовки инвалидов к соревнованиям	4	1. Структура подготовки в микроцикле. 2. Структура подготовки в мезоцикле. 3. Структура подготовки в макроцикле. 4. Отбор и ориентация.	ОФО	ПНП
2	<b>Тема 3.</b> Виды подготовки спортсмена, содержание сторон и направлений спортивной подготовки инвалидов	4	1. Техническая подготовка. 2. Тактическая подготовка. 3. Психологическая подготовка. 4. Физическая подготовка. 5. Теоретическая подготовка.	ОФО	ПНП
	<b>Всего часов</b>	<b>12</b>		<b>12</b>	<b>12</b>

**5.6. Клинические практические занятия** «Данный вид работы не предусмотрен учебным планом»

**5.7 Самостоятельная работа обучающихся**

Наименование темы дисциплины или раздела	Вид самостоятельной внеаудиторной работы обучающихся и КСР	Оценочное средство	Кол-во Часов ко-во час на ПНП+ПП	Код индикатора компетенции
Тема 2. Специфика спортивной деятельности спортсменов-инвалидов	Сообщение	Собеседование	44/-	И опк 2.1 Иопк 2.2  И опк 13.1
Тема 2. Структура многолетней подготовки инвалидов к соревнованиям	Составление конспекта по каждой структуре	Индивидуальное задание	44/44	И опк 2.1 И опк 2.2  И пк-2.1 И пк-2.2 И пк-2.3 И опк 13.1
<b>Всего часов</b>			92/44	

**6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

1. Лекционный материал по дисциплине «Адаптивный спорт».
2. Методические указания к практическим занятиям по дисциплине «Адаптивный спорт».
3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы по дисциплине «Адаптивный спорт».

**7. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

**7.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы**

Код компетенции	Индикаторы	Семестр	Этап формирования
ОПК-2	И опк 2.1 И опк 2.2	7	промежуточный
ОПК-13	И опк 13.1	7	промежуточный
ПК-2	И пк-2.1 И пк-2.2 И пк-2.3	7	промежуточный

## 7.2 Описание показателей и критериев и шкал оценивания компетенций

### Компетенция - ОПК-2.

Способен обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способам их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры.

#### Индикатор И опк 2.1

Владеет методиками обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры

Оцениваемый результат (дескрипторы)		Критерии оценивания	Процедура Оценивания	
			Текущий контроль	Промеж уточная аттестация
Знает	Применяет методики адаптивной физической культуры для поддержания физического и психического здоровья с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности	Знать критерии организации деятельности по паралимпийским, сурдлимпийским и специальным олимпийским видам спорта в России и за рубежом; организацию соревнований по различным видам адаптивного спорта; критерии подготовленности к соревнованиям по адаптивным видам спорта	Собеседование, эстимирование ,реферат	Собеседование
Умеет	Уметь применять методы и средства адаптивной физической культуры для поддержания физического и психического здоровья с учетом физиологических особенностей занимающихся.	Разрабатывает комплексы общеразвивающих и специальных упражнений с небольшими и средними отягощениями для развития общей физической подготовки в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий. возможностями здоровья	Собеседование ,тестирование	Собеседование

Владеет навыком	Оценки физической подготовленности на занятиях по адаптивной физической культуре и спорту.	Проводит занятия с лицами, имеющие ограниченные возможности здоровья. Составляет комплексы общеразвивающих и специальных упражнений .	Собеседование, тестирование	Собеседование
-----------------	--	---	-----------------------------	---------------

### Индикатор И опк 2.2

Проводит с лицами ,имеющие ограниченные возможности здоровья (включая инвалидов )всех возрастных групп, тренировок на основе комплекса общеразвивающих специальных упражнений с небольшими и средними отягощениями для развития общей физической подготовки в соответствии с групповыми программами и расписанием занятий.

Оцениваемый результат (дескрипторы)		Критерии оценивания	Процедура Оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	Теоретические основы для составления методической документации по проведению набора в группы занятий по АФК и разработки программ по видам АФК	Знает комплексы специальных упражнений для широкого спектра двигательных умений и навыков различных видов спорта, включая выбранный с целью развития технической подготовки .	Собеседование	Собеседование
Умеет	Разрабатывать методическую документацию по проведению набора в группы занятий по АФК; Разрабатывать программы по видам АФК.	Составляет программы АФК учитывая заболевание и избранному виду спорта.	Собеседование, тестирование	Собеседование

Владеет навыком	Составления документации разработки программ по видам АФК составления комплекса общеразвивающих и специальных упражнений.	Составляет комплексы общеразвивающих и специальных упражнений .	Собеседование, тестирование	Собеседование
-----------------	---	---	-----------------------------	---------------

**Компетенция ОПК-13.** Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся

### Индикатор И опк 13.1

Владеет положениями теории физической культуры, планирования занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся

Оцениваемый результат (дескрипторы)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	Цели и задачи адаптивного спорта. Влияние нагрузки на анатомо-морфологические и психологические характеристики занимающихся различного пола и возраста, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	Характеризует цели и задачи адаптивного спорта, применяемые для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Подбирает нагрузку с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся	Собеседование, тестирование, реферат	Собеседование
Умеет	Планировать занятия и спортивные мероприятия с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья по видам спорта.	Разрабатывает план занятий и спортивных мероприятий для различных нозологических форм заболеваний занимающихся	Собеседование, тестирование	Собеседование
Владеет	Владеет положениями теории физической культуры, планирования занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся	Разрабатывает положения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся	Собеседование, тестирование	Собеседование

**Компетенция ПК-2.** Способен осуществлять методическое обеспечение процессов физкультурной и спортивной деятельности в отношении лиц с ограниченными возможностями здоровья

**Индикатор Ипк 2.1-разрабатывает программы по видам АФК**

Оцениваемый результат (показатель)		Критерии оценивания	Процедура Оценивания	
			Текущий контроль	Промежу точная аттестаци я
Знает	Теоретические основы для составления методической документации по проведению набора в группы занятий по АФК и разработки программ по видам АФК	Составляет программу занятий с учётом заболевания ,расписанием занятий. Владет терминологией различных видов спорта.	Собеседова ние	Собеседо вание
Умеет	Разрабатывать методическую документацию по проведению набора в группы занятий по АФК; Разрабатывать программы по видам АФК.	Разрабатывает план занятий и спортивных мероприятий для различных нозологических форм заболеваний занимающихся, комплексы специальных упражнений. Проводит инструктаж технике безопасности на занятиях АФК.	Собеседова ние ,тестирова ние	Собеседо вание
Владеет навыком	Составления документации разработки программ по видам АФК.	Разрабатывает положения и программы занятий по видам АФК с различным контингентом обучающихся .	Индивиду альное задание	Собеседо вание

**Индикатор Ипк-2.2 разрабатывает комплексы восстановительных мероприятий направленных на восстановление нарушенных или временно утраченных функций**

Оцениваемый результат (показатель)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежу точная аттестаци я
Знает	Теоретическую часть Комплексов специальных упражнений для всех нозологических групп включая инвалидов	Знает теорию АФК специальные упражнения для всех нозологических групп населения включая инвалидов.	Собеседова ние	Собеседо вание

Умеет	Проводить с лицами, имеющие ограниченные возможности здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп, тренировок на основе комплекса специальных упражнений для широкого спектра двигательных умений и навыков различных видов спорта, включая выбранный с целью развития технической подготовки	Проводит занятия с лицами, имеющие ограниченные возможности здоровья. Составляет комплексы общеразвивающих и специальных упражнений	Собеседование, тестирование	Собеседование
Владеет навыком	Составления комплекса общеразвивающих и специальных упражнений. Владеет терминологией различных видов спорта.	Составляет комплексы общеразвивающих и специальных упражнений. Свободно владеет терминологией различных видов спорта.	Собеседование, тестирование	Собеседование

**Индикатор Ипк-2.3** оценивает эффективность применяемых методов оздоровительных занятий

Оцениваемый результат (показатель)	Критерии оценивания	Процедура оценивания		
		Текущий контроль	Промежуточная аттестация	
Знает	Знает методы оздоровительных мероприятий влияние нагрузки на анатомо-морфологические и психологические характеристики	Знает методы оздоровительных мероприятий влияние нагрузки на анатомо-морфологические и психологические характеристики занимающихся	Собеседование	Собеседование
Умеет	Использовать средства, методы, приемы оздоровительных занятий.	Применения средств, методы, приемы, технические средства и тренажеры для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения, воспитания и развития (тренировки) лиц с ограниченными возможностями здоровья.	Собеседование, тестирование	Собеседование

Владеет навыком	Проведением занятий с лицами, имеющие ограниченные возможности здоровья; Составлением комплекса ОРУ	Проводит комплексы общеразвивающих и специальных упражнений	Собеседование, тестирование	Собеседование

В рамках балльно-рейтинговой системы успеваемость студентов по каждой дисциплине оценивается в ходе текущего контроля и промежуточной аттестации. Максимально возможный балл за текущий контроль устанавливается равным 5 баллов. Рейтинговый балл за работу в семестре формируется как среднее арифметическое за все виды работ обучающихся, предусмотренных рабочей программой дисциплины. Рейтинговый балл, выставляемый студенту, фиксируется в специальной ведомости и доводится до сведения студентов.

При собеседовании на занятии обучающемуся выставляются следующие оценки:

Оценка «отлично» выставляется студенту, если теоретическое содержание темы освоено полностью, обучающийся строит ответ на уровне самостоятельного мышления, грамотно и логично излагает изученный материал, не затрудняется с ответом, делает обоснованные выводы и заключения, свободно применяет теоретические знания при решении практических задач;

Оценка «хорошо» ставится обучающемуся, если он строит ответ на уровне самостоятельного мышления, грамотно и логично излагает изученный материал, однако допускает отдельные неточности и пробелы в знаниях, свободно применяет теоретические знания при решении практических задач;

Оценка «удовлетворительно» ставится обучающемуся, усвоившему только базовую часть программного материала, при ответе допускает неточности, материал излагает не последовательно, затрудняется применить теоретические знания при решении практической задачи, допускает ошибки, которые исправляет с помощью преподавателя;

Оценка «неудовлетворительно» ставится обучающемуся, который не способен продемонстрировать знания теоретического материала, допускает существенные ошибки при изложении учебного материала, при ответе подменяет теоретическую аргументацию рассуждениями обыденно-бытового характера. В ответе допускает грубые ошибки, которые не может исправить даже с помощью преподавателя.

#### **Шкала пересчета баллов по дисциплине при промежуточной форме аттестации по дисциплине «зачет»**

<i>Балл</i>	<i>Оценка</i>	<i>Уровень сформированности компетенции</i>
от 4,5 до 5,0	«зачтено»	Высокий
от 3,5 до 4,4	«зачтено»	Средний
от 2,5 до 3,4	«зачтено»	Пороговый
менее 2,5	«не зачтено»»	Минимальный

### **7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

Зачет выставляется по результатам работы в семестре, при сдаче всех контрольных мероприятий, предусмотренных текущим контролем успеваемости. Процедура зачета как отдельное контрольное мероприятие не проводится, оценивание знаний обучающегося происходит по результатам текущего контроля.

#### **Вопросы для проверки уровня теоретической подготовки обучающегося в ходе текущего контроля:**

1. Основные понятия теории адаптивного спорта.
2. Теория адаптивного спорта как наука и учебная дисциплина.
3. Предмет, задачи и содержание учебного курса «Теория адаптивного спорта», его роль и место в системе высшего профессионального физкультурного образования специалистов по физической культуре.
4. Адаптивный спорт как вид культуры личности и общества.
5. Социальные функции адаптивного спорта и их виды. Основные социальные факторы и условия развития физической культуры. Факторы и условия, определяющие построение и функционирование системы физической культуры в обществе.
6. Характеристика задач, связанных с физкультурным образованием человека, с управлением физическим развитием и направленным формированием личностных свойств и качеств в процессе занятий адаптивным спортом.
7. Общие принципы формирования физической культуры человека в процессе занятия адаптивным спортом.
8. Понятие о средствах, их классификационная характеристика. Понятие о содержании и форме физических упражнений. Содержание физического упражнения определяющие его воздействие на занимающихся.
9. Понятия «техника физических упражнений» и «спортивная техника». Эталон и стандарт техники движений. Типовая и персональная индивидуализация техники. Классификация техники, ее общая характеристика.
10. Оздоровительные факторы природной среды и гигиенические условия как средство воздействия на физическое развитие, здоровье и работоспособность человека.
11. Характеристика понятий «метод», «методический прием», «методика», «методическое направление», «методический подход», «нагрузка и отдых». Методы целостного и расчлененного упражнения, их назначение, разновидности и особенности применения. Методы равномерного, переменного, повторного и интервального упражнения, их назначение и разновидности. Игровой и соревновательный методы, их специфические черты. Круговая тренировка как организационно-методическая форма занятий. Характеристика методов словесного, наглядного воздействия.
12. Методы организации учебно-воспитательной деятельности занимающихся. Значение общепедагогических принципов для понимания научно-практических основ занятий физическими упражнениями.
13. Задачи, содержание и пути нравственного воспитания спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья.
14. Требования к профессиональным способностям, подготовленности и мастерству преподавателя. Понятие «обучение», его сущность и содержание. Общая характеристика процесса обучения двигательным действиям.

15. Двигательные действия как предмет обучения в процессе занятий физическими упражнениями. Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения.
16. Двигательные ошибки, их классификация, причины возникновения, способы предупреждения и исправления.
17. Понятие о физических качествах, их виды.
18. Развитие скоростных способностей. Факторы, определяющие уровень развития и проявления скоростных способностей. Критерии и способы оценки различных скоростных способностей. Оценка скоростно-силовых способностей в физкультурной практике.
19. Развитие выносливости. Главные факторы выносливости, их структура. Формы проявления и основные типы выносливости. Факторы, определяющие уровень развития и проявления выносливости. Критерии и способы оценки выносливости.
20. Развитие координационных способностей. Понятие о координационных способностях как комплексных психомоторных способностях человека и его связь с понятием «ловкость». Формы проявления координационных способностей. Критерии оценки координационных способностей.
21. Развитие гибкости. Виды гибкости и факторы, определяющие уровень развития и проявления гибкости. Критерии и способы оценки гибкости.
22. Структура тренировочного занятия в адаптивном спорте. Подготовка педагога к уроку: разработка содержания и микроструктуры, оформление конспекта, личная речевая и двигательная подготовка, материально-техническое обеспечение урока, подготовка помощников педагога. Требования к содержанию и методике проведения урока.
23. Планирование. Понятие планирования в адаптивном спорте. Виды планирования.
24. Основные понятия, относящиеся к адаптивному спорту: подготовка спортсмена с отклонениями в состоянии здоровья, система подготовки спортсмена, спортивная тренировка, спортивная деятельность, спортивное движение и др.
25. Проблемы социальной реабилитации и интеграции людей, лишенных возможности наравне со всеми в обычных условиях заниматься спортом.
26. Типология спортивных соревнований. Структура общей и индивидуальной системы соревнований. Структура и особенности соревновательной деятельности.
27. Физическая подготовка.
28. Техническая подготовка.
29. Тактическая подготовка.
30. Психологическая подготовка.
31. Теоретическая подготовка.
32. Интегральная подготовка.
33. Характеристика общепедагогических и других средств подготовки спортсменов.
34. Принципы подготовки спортсменов.
35. Понятие о физической подготовке спортсмена.
36. Общая и специальная физическая подготовка.
37. Структура отдельных тренировочных занятий, тренировочных дней и малых циклов тренировки (микроциклов).
38. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов).
39. Структура больших циклов тренировки (макроциклов) типа годовых, полугодовых и многолетних.
40. Организации работы главной судейской коллегии по адаптивным видам спорта.

#### 7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Оценивание сформированности компетенции осуществляется на практических занятиях в ходе текущего контроля. При оценивании результатов обучения по дисциплине «Адаптивный спорт» учитывается:

- собеседование по основным вопросам практических занятий, тестирование по разделам;
- подготовка и защита реферата по заданной тематике;
- подготовка и защита доклада по заданной тематике;

### 8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

#### 8.1. Основная литература

Печатные издания	Электронные издания
	<p>1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : 2.учеб. / авт.-сост. : О. Э. Евсева, С. П. Евсеев ; под ред. С. П. Евсева. – М.: Спорт, 2016. – 384 с. – Режим доступа :</p> <p><a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839183.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839183.html</a> Режим доступа: по подписке:</p> <p>3. Вайнер Э. Н. Краткий энциклопедический словарь: адаптивная физическая культура: учебное пособие <a href="#">Вайнер Э. Н.</a>, <a href="#">Кастюнин С. А.</a> Издательство «Флинта» 2018 г. – 145 с.</p>

#### 8.2. Дополнительная литература

Печатные издания	Электронные издания
	<p>1. Естественно-научные основы физической культуры и спорта: учеб. [Электронный ресурс] / под ред. А.В. Самсоновой, Р.Б. Цаллаговой. – М.: Советский спорт, 2014. – 464 с. – Режим доступа: <a href="https://e.lanbook.com/book/51921">https://e.lanbook.com/book/51921</a> Режим доступа: по подписке</p> <p>2. Теория и методика физической культуры [Текст]: учеб. для вузов / под ред. Ю. Ф. Курамшина. – 4-е изд., стереотип. – М.: Советский спорт, 2010. – 464 с.</p>

### 9. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы, ЭБС

1. <http://www.biblioclub.ru> ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
2. [www.e.lanbook.com](http://www.e.lanbook.com) ЭБС Издательства «ЛАНЬ»
3. <http://www.rosmedlib.ru> ЭБС «Консультант врача. Электронная медицинская библиотека»

### 10. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение

Среда Электронного обучения 3LK Русский MOODLE	Бесплатное Тех. Поддержка 359ЭТ 19.21.2022
---	---

Mind платформа для видеоконференций	№135/ЗК от 9.07.2021
IC:Университет Проф	№27 от 30.04.2014

Установленное на ПК

Kaspersky endpoint security	№99/ЭТ от 21.06.2021
Архиватор ZIP	бесплатное
Adobe Acrobat reader	бесплатное
VLC медиаплеер	бесплатное
Astra Linux Common Edition релиз Орёл	№92/ЭТ от 15.06.21

**11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.**

**11.1 Помещения для проведения учебных занятий**

Помещения для проведения учебных занятий, соответствующие действующим противопожарным правилам и нормам

**11.2 Технические средства обучения**

Для реализации дисциплины используются следующие технические средства:

- технические средства передачи учебной информации – проекционная аппаратура широкого назначения;

- технические средства контроля знаний - компьютерные программы в подсистеме MoodleLMS, применяющиеся для проведения текущего контроля знаний учащихся;

**11.3 Помещения для самостоятельной работы**

Помещения оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета

Рабочая программа дисциплины «Адаптивный спорт»:

Разработана:

Преподаватель кафедры «Физического воспитания  
и адаптивной физической культуры»

Вартанова Я.А.

Обсуждена

на заседании кафедры «Физического воспитания  
и адаптивной физической культуры», зав. кафедрой

Марченко А.А.

Согласована и рекомендована к использованию в образовательном процессе для обучающихся по направлению подготовки 49.03.02. Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) 2022 года набора заочной формы обучения 20.04.2022

Руководитель ОПОП ВО

Митрохина Л.Е.

Декан факультета гуманитарного и медико-биологического  
образования

Федько Н.А.