

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>Теория адаптивного спорта</b>
Направление подготовки	49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль)	Спортивная подготовка лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов
Форма обучения	заочная
Год начала подготовки	2021
Всего ЗЕТ	- 3
Всего часов	-108
Из них	
Контактная работа по видам занятий	-24
лекции	-8
семинарские занятия	-16
Самостоятельная работа	-84
Промежуточная аттестация	
Зачет	5 семестр

г. Ставрополь, 2021 г.

## 1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель дисциплины - освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области теории спорта и подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности, изучение современных методик технико-тактической и физической подготовки спортсменов.

Программа разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки (специальности) 49.04.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и уровню высшего образования Магистратура, утвержденный приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 № 946.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к вариативной части блока 1. «Дисциплины» ОПОП, её изучение осуществляется в 5 семестре.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, сформированные по следующим дисциплинам:

- «Система подготовки спортивного резерва в Паралимпийском и Сурдлимпийском спорте» (4 семестр);

- «Теория и методика адаптивной физической культуры» (4 семестр);

Знания, умения и навыки, полученные при изучении данной дисциплины необходимы для успешного прохождения производственной практики, написания магистерской диссертации:

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

Профессиональный стандарт «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту» (утвержден приказом Минтруда России от 02.04.2019 N 199н; регистрационный номер - 136; код - 05.002) (ТФ –С/2.6, D/02/6).

Коды и содержание индикаторов компетенций	Планируемые результаты обучения (дескрипторы)		
	Знать	Уметь	Владеть навыками
<b>ОПК-11</b> Способен планировать, осуществлять текущий контроль и принимать управленческие решения в области организации работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья			
<b>ИОПК11.1</b> Анализировать отечественный и зарубежный опыт работы организаций и учреждений в сфере адаптивной физической культуры	Основные цель, средства, принципы и методы спортивной подготовки. Контроль и учет в спортивной подготовке.	Применять средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки	Использования приемов дозирования и регулирования нагрузки.
<b>ИОПК11.2</b> Способен планировать, осуществлять	Особенности индивидуальной системы соревнований в	Применять показатели соревновательных нагрузок в годичном	Владеть навыками построения спортивной тренировки

текущий контроль в области организации работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья	связи с профессионализацией спорта.	цикле у спортсменов.	
<b>ПК-1.</b> Обладать способностью управлять тренировочным процессом в спортивной сборной команде лиц с ОВЗ, включая инвалидов			
<b>ИПК 1.3.</b> Определение и обоснование требований к медико-биологическому обеспечению, антидопинговому сопровождению подготовки лиц с ОВЗ и спортсменов-инвалидов	Основные педагогические закономерности и принципы подготовки спортсменов в соответствии с задачами тренировочного процесса.	Применять принципы направленности к максимуму достижений, углубленной специализации и индивидуализации в тренировочном процессе	Разработки общей и специальной подготовки спортсмена, постепенности увеличения нагрузки с тенденцией к предельным нагрузкам, волнообразности и вариативности нагрузок, цикличности тренировочного процесса.
<b>ПК-3.</b> Обладать способностью руководить систематической соревновательной деятельностью спортивной сборной команды			
<b>ИПК 3.3.</b> Разработка стратегии тренировочной, образовательной и методической деятельности, направленной на спортивную подготовку лиц с ОВЗ, включая инвалидов	Типологию спортивных соревнований. Структуру общей и индивидуальной системы соревнований.	Уметь оценивать эффективность принятых организационно-управленческих решений	Единства и взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности

**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**

Семестр	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 занятия	Клинические практические занятия	Контроль самостоятельной работы	Групповые консультации	Самостоятельная работа, в том числе индивидуальные консультации
5	Раздел 1. Сущность адаптивного спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе	6							40
5	Раздел 2. Общая характеристика системы подготовки спортсменов с ОСЗ	2		16					40
5	Промежуточная аттестация: экзамен								4
	<b>Итого по дисциплине:</b>	<b>8</b>		<b>16</b>					<b>84</b>
	<b>Часов 108</b> <b>Зач.ед. 3</b>								
	Объем профессиональной практической подготовки (ПП)	<b>0 час/ 0%</b>				<b>0 час/ 0%</b>			
	Объем профессионально направленной подготовки (ПНП)	<b>10 час/ 62,5%</b>				<b>24 час/ 30%</b>			

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

**5.1. Содержание разделов дисциплины**

Код индикатора компетенции	Наименование разделов	Краткое содержание разделов и тем
<i>5 семестр</i>		
ИОПК11.1 ИОПК11.2	Раздел 1. Сущность адаптивного спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе	Введение в теорию адаптивного спорта. Определение исходных понятий: «адаптивный спорт», «система спортивной подготовки», «спортивная форма» и др. Сущность и функции адаптивного спорта. Понятия «спортивный результат», «спортивный рекорд». Медицинская и функциональная классификация. Дисквалификация. Основные цель, задачи, средства, принципы и методы спортивной подготовки. Понятия «спортивная техника», «техническая подготовка», «психологическая подготовка», «стратегия», «спортивная тактика»

		<p>и др. Особенности и виды спортивной тактики. Варианты построения годичной тренировки. Контроль и учет в спортивной подготовке. Приемы дозирования и регулирования нагрузки. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки. Теоретико-методологические основы спортивного отбора и спортивной ориентации.</p>
<p>ИПК 1.3. ИПК 3.3.</p>	<p>Раздел 2. Общая характеристика системы подготовки спортсменов с ОСЗ</p>	<p>Спортивные состязания, спортивная тренировка и другие факторы в системе подготовки спортсмена; их роль и соотношение как "подсистем" в системе спортивной подготовки. Спортивная тренировка - основа (главный компонент и основная форма) подготовки спортсмена; специфические особенности, отличающие тренировку от других факторов и условий спортивного совершенствования. Совокупность внутренировочных и внесоревновательных факторов ("экзофакторов"), дополняющих спортивную тренировку и соревнования, усиливающих их эффект и оптимизирующих восстановительные процессы; условия включения данных факторов в систему подготовки спортсмена. Основные педагогические закономерности и принципы подготовки спортсменов. Соотношение закономерностей и принципов спортивной подготовки. Соответствие системы принципов целям и закономерностям тренировочного процесса. Основания выделения принципов, их классификация. Принципы направленности к максимуму достижений, углубленной специализации и индивидуализации; единства общей и специальной подготовки спортсмена; непрерывности тренировочного процесса, единства постепенности увеличения нагрузки и тенденции к предельным нагрузкам; волнообразности и вариативности нагрузок; цикличности тренировочного процесса, единства и взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности. Характерные особенности и пути их реализации в практике адаптивного спорта. Показатели соревновательных нагрузок в годичном цикле у спортсменов. Особенности индивидуальной системы соревнований в связи с профессионализацией спорта.</p>

## 5.2. Лекции

№ Раздела	Наименование лекций	Кол-во часов	Перечень учебных вопросов	Форма проведения	Практическая подготовка (ПП/ПНП)
<i>5 семестр</i>					
Раздел 1	<b>Тема 1.</b> Характеристика основных проблем в области адаптивного спорта	2	1. Введение в теорию адаптивного спорта. Определение исходных понятий: «адаптивный спорт», «система спортивной подготовки», «спортивная форма» и др. 2. Сущность и функции адаптивного спорта. Понятия «спортивный результат», «спортивный рекорд». 3. Медицинская и функциональная классификация. Дисквалификация.	ОФО	
Раздел 1	<b>Тема 2.</b> Особенности спортивной подготовки спортсменов с ОСЗ	2	1. Основные цель, задачи, средства, принципы и методы спортивной подготовки, 2. Понятия «спортивная техника», «техническая подготовка», «психологическая подготовка» и др. 3. Понятия «стратегия» и «спортивная тактика». Особенности и виды спортивной тактики.	ОФО	
Раздел 1	<b>Тема 3.</b> Планирование тренировочного процесса	2	1. Варианты построения годичной тренировки. Контроль и учет в спортивной подготовке. 2. Приемы дозирования и регулирования нагрузки. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки. 3. Теоретико-методологические основы спортивного отбора и спортивной ориентации.	ОФО	
Раздел 2	<b>Тема 4.</b> Система спортивных со-	2	1. Типы и виды спорта, сложившиеся в мире,	ОФО	

	ревнований		<p>России: общедоступный (массовый) спорт (школьно-студенческий, профессионально-прикладной, физкультурно-кондиционный, оздоровительно-рекреативный, физкультурно-реабилитационный) и спорт высших достижений (супердостиженческий), любительский, профессиональный, профессионально-коммерческий, достиженческо-коммерческий, зрелищно-коммерческий).</p> <p>2. Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта. Типология спортивных соревнований. Структура общей и индивидуальной системы соревнований.</p>		
	Всего часов	8			

### 5.3. Семинарские занятия

№ Раздела	Наименование семинарских занятий	Кол-во часов	Перечень учебных вопросов	Форма проведения	Практическая подготовка (ПП/ПНП)
<i>5 семестр</i>					
Раздел 1.	<b>Тема 1.</b> Структура и особенности соревновательной деятельности.	2	<p>1. Моделирование соревновательной деятельности как одно из важных условий целенаправленного совершенствования отдельных сторон подготовленности спортсменов, обеспечивающих достижение запланированных результатов в соревнованиях.</p> <p>2. Содержание и особенности моделей соревновательной деятельности в некоторых видах спорта</p>	ОФО	
Раздел 1.	<b>Тема 2.</b> Спортивные	2	1. Спортивная тренировка - основа (главный компонент и	ОФО	ПНП

	<p>состязания, спортивная тренировка и другие факторы в системе подготовки спортсмена; их роль и соотношение как "подсистем" в системе спортивной подготовки.</p>		<p>основная форма) подготовки спортсмена; специфические особенности, отличающие тренировку от других факторов и условий спортивного совершенствования.</p> <p>2.Совокупность внутренировочных и внесоревновательных факторов ("экзофакторов"), дополняющих спортивную тренировку и соревнования, усиливающих их эффект и оптимизирующих восстановительные процессы; условия включения данных факторов в систему подготовки спортсмена.</p> <p>3.Основные педагогические закономерности и принципы подготовки спортсменов. Соотношение закономерностей и принципов спортивной подготовки. Соответствие системы принципов целям и закономерностям тренировочного процесса.</p> <p>Основания выделения принципов, их классификация.</p> <p>4. Принципы направленности к максимуму достижений, углубленной специализации и индивидуализации; единства общей и специальной подготовки спортсмена; непрерывности тренировочного процесса, единства постепенности увеличения нагрузки и тенденции к предельным нагрузкам; волнообразности и вариативности нагрузок; цикличности тренировочного процесса, единства и взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности.</p>		
	<p><b>Тема 3.</b>Цели, задачи, средства и методы спортивной</p>	<p>2</p>	<p>1.Типы задач, детализирующих содержание главной цели подготовки. Характеристика задач в области физической, технической, тактической,</p>	<p>ОФО</p>	

	подготовки		<p>психологической, интеллектуальной (теоретической) и интегральной подготовки.</p> <p>Требования к формулировке и конкретизации целей и задач подготовки.</p> <p>2. Факторы, обуславливающие выполнение долгосрочных целей (на тренировочный год, отдельный микроцикл годичной подготовки).</p> <p>3. Критерии и разновидности классификации средств спортивной подготовки.</p> <p>4. Соревновательные, специально-подготовительные и общеподготовительные упражнения как основные специфические средства подготовки. Характеристика общепедагогических и других средств подготовки спортсменов.</p> <p>5. Критерии классификации методов спортивной подготовки: по виду подготовки, способу получения информации, характеру выполнения физической нагрузки и т.д. Их содержание и характерные особенности.</p>		
Раздел 2.	<b>Тема 4.</b> Разновидности подготовки спортсмена, их взаимосвязь и особенности в совместной деятельности тренера и спортсменов	4	<p>1. Физическая подготовка - основа спортивного мастерства. Понятие о физической подготовке спортсмена, ее виды и взаимосвязь.</p> <p>2. Основные задачи и содержание общей и специальной физической подготовки. Соотношение общей и специальной физической подготовки в зависимости от специфики вида спорта, возраста, квалификации спортсменов, этапов годичного и многолетнего циклов.</p> <p>3. Техническая подготовка. Содержание понятий: техническая подготовка, спортивная техника, техническое мастерство.</p>	ОФО	ПНП

		<p>Объективные критерии оценки технического мастерства. Значение технической подготовки в отдельных видах спорта, ее виды и основные задачи. Основы методики технической подготовки в процессе тренировки.</p> <p>4.Тактическая подготовка как педагогический процесс, направленный на овладение рациональными (эффективными) способами ведения соревновательной борьбы спортсменом или командой. 5.Содержание понятий: спортивная тактика, спортивно-тактическое мастерство, тактический замысел, тактический план. Особенности тактики в различных видах спорта. Основа спортивно-тактического мастерства - тактические знания, умения, навыки и качества тактического мышления. Задачи, содержание и методика тактической подготовки в различных видах спорта.</p> <p>6.Психологическая подготовка спортсмена, ее содержание, виды и значение. Задачи, средства и методы общей и специальной психологической подготовки. Роль психодиагностики в процессе психологического обеспечения спортивной деятельности.</p> <p>7.Интеллектуальная (теоретическая) подготовка спортсмена, ее значение и место в процессе тренировки, связь с другими видами подготовки. Содержание, пути и формы интеллектуального образования и воспитания интеллектуальных способностей в процессе подготовки спортсменов.</p> <p>8.Интегральная подготовка как процесс обеспечения</p>	
--	--	---	--

			слаженности комплексных проявлений всех сторон подготовленности в соревновательной деятельности. Задачи, средства и методы интегральной подготовки.		
Раздел 2.	<b>Тема 5.</b> Структура тренировочного процесса как основа его целостной упорядоченности.	4	1. Структура отдельных тренировочных занятий, тренировочных дней и малых циклов тренировки (микроциклов). Факторы и условия, влияющие на их структуру. Типы микроциклов. 2. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Факторы и обстоятельства, влияющие на построение тренировки в рамках средних циклов. Типы средних циклов. 3. Структура больших циклов тренировки (макроциклов) типа годовых, полугодовых и многолетних. Факторы и условия, влияющие на структуру макроциклов. 4. Особенности построения тренировки в подготовительном, соревновательном и переходном периодах большого тренировочного цикла. 5. Спортивная тренировка как многолетний процесс. Стадии и этапы многолетнего пути спортивного совершенствования. Главные тенденции изменения структуры и содержания тренировки на этих этапах.	ОФО	ПНП
Раздел 2.	<b>Тема 6.</b> Содержание и технология перспективного, текущего и оперативного планирования подготовки спортсменов	2	1. Планирование, контроль и учет как необходимые организационно-методические условия эффективности управления подготовкой спортсменов. Образцы документов планирования. 2. Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена. Разновидности контроля: оперативный, текущий, этапный. Их содержание и	ОФО	

			направленность. 3. Назначение, содержание и технология контроля за соревновательными и тренировочными воздействиями, состоянием подготовленности спортсмена и факторами внешней среды. 4. Учет в процессе подготовки спортсмена, его значение, формы, содержание и технология проведения. Основные документы учета.		
	<b>Всего часов</b>	<b>16</b>			<b>10</b>

**5.4. Лабораторные занятия** - Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

**5.5. Практические занятия** - Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

**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 / контроль самостоятельной работы	Оценочное средство	Кол-во часов / кол-во час на ПНП+ПП	Код индикатора компетенции
Раздел 1. Сущность адаптивного спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе	Подготовка к дискуссии	Вопросы для дискуссии	28	ИОПК11.1 ИОПК11.2
	Выполнение индивидуальных заданий (ПНП)	Индивидуальное задание	12/12	ИОПК11.1 ИОПК11.2
Раздел 2. Общая характеристика системы подготовки спортсменов с ОСЗ	Подготовка к дискуссии	Вопросы для дискуссии	28	ИПК 1.3. ИПК 3.3.
	Выполнение индивидуальных заданий (ПНП)	Индивидуальное задание	12/12	ИПК 1.3. ИПК 3.3.
<b>Всего часов</b>			<b>80/24</b>	

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

1. Лекционный материал по дисциплине «Теория адаптивного спорта».
2. Методические рекомендации к семинарским занятиям по дисциплине «Теория адаптивного спорта».
3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы по

дисциплине «Теория адаптивного спорта».

## 7. Фонд оценочных средств 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-11	ИОПК11.1	5	итоговый
ОПК-11	ИОПК11.2	5	итоговый
ПК-1	ИПК 1.3.	5	промежуточный
ПК-3	ИПК 3.3.	5	промежуточный

### 7.2 Описание показателей и критериев и шкал оценивания компетенций

**Компетенция ОПК-11** Способен планировать, осуществлять текущий контроль и принимать управленческие решения в области организации работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья

**ИОПК11.1** Анализировать отечественный и зарубежный опыт работы организаций и учреждений в сфере адаптивной физической культуры

Оцениваемый результат (показатель)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	Основные цель, задачи, средства, принципы и методы спортивной подготовки. Контроль и учет в спортивной подготовке.	Анализирует основные цели, задачи, средства, принципы и методы спортивной подготовки. Контроль и учет в спортивной подготовке.	Участие в дискуссии	Собеседование
Умеет	Применять средства восстановления и стимуляции работоспособности и в системе подготовки	Обоснованно выделяет средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки и структуры соревновательной деятельности	Участие в дискуссии	Собеседование
Владеет	Использования приемов дозирования и регулирования нагрузки	Демонстрирует навык проведения соревновательных, специально-подготовительных и общеподготовительных	Демонстрация практического навыка	Собеседование

		упражнений на основе приемов дозирования и регулирования нагрузки.		
--	--	--	--	--

**ИОПК11.2** Способен планировать, осуществлять текущий контроль в области организации работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья

Оцениваемый результат (показатель)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	Особенности индивидуальной системы соревнований в связи с профессионализацией спорта.	Анализирует основные особенности индивидуальной системы соревнований в связи с профессионализацией спорта.	Участие в дискуссии	Собеседование
Умеет	Применять показатели соревновательных нагрузок в годичном цикле у спортсменов.	Обоснованно применяет показатели соревновательных нагрузок в годичном цикле у спортсменов.	Участие в дискуссии	Собеседование
Владеет	Владеть навыками построения спортивной тренировки	Демонстрирует навык построения спортивной тренировки в годичном цикле у спортсменов.	Демонстрация практического навыка	Собеседование

**Компетенция ПК-1** Обладать способностью управлять тренировочным процессом в спортивной сборной команде лиц с ОВЗ, включая инвалидов

**ИПК1.3.** Определение и обоснование требований к медико-биологическому обеспечению, антидопинговому сопровождению подготовки лиц с ОВЗ и спортсменов-инвалидов

Оцениваемый результат (показатель)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация

Знает	Основные педагогические закономерности и принципы подготовки спортсменов в соответствии с задачами тренировочного процесса.	Анализирует совокупность научно-прикладных знаний о сущности и тенденциях развития спорта. Основные педагогические закономерности и принципы подготовки спортсменов. Соответствие системы принципов целям и закономерностям тренировочного процесса.	Участие в дискуссии	Собеседование
Умеет	Применять принципы направленности к максимуму достижений, углубленной специализации и индивидуализации в тренировочном процессе	Обоснованно выделяет принципы направленности к максимуму достижений, углубленной специализации и индивидуализации; единства общей и специальной подготовки спортсмена. Характеризует принципы постепенности увеличения нагрузки и тенденции к предельным нагрузкам; волнообразности и вариативности нагрузок; цикличности тренировочного процесса, единства и взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности	Участие в дискуссии	Собеседование
Владеет	Разработки общей и специальной подготовки спортсмена, постепенности увеличения нагрузки с тенденцией к предельным нагрузкам, волнообразности и вариативности нагрузок, цикличности тренировочного процесса.	Демонстрирует навык проведения соревновательных, специально-подготовительных и общеподготовительных упражнений как основные специфические средства подготовки.	Демонстрация практического навыка	Собеседование

**Компетенция ПК-3.** Обладать способностью руководить систематической

соревновательной деятельностью спортивной сборной команды  
**ИПК3.3.** Разработка стратегии тренировочной, образовательной и методической деятельности, направленной на спортивную подготовку лиц с ОВЗ, включая инвалидов

Оцениваемый результат (показатель)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	1. Типологию спортивных соревнований. Структуру общей и индивидуальной системы соревнований.	1.Анализирует структуру отдельных тренировочных занятий, тренировочных дней и малых циклов тренировки (микроциклов), средних циклов тренировки (мезоциклов), больших циклов тренировки (макроциклов). Факторы и условия, влияющие на их структуру.	Участие в дискуссии	Собеседование
	Уметь оценивать эффективность принятых организационно-управленческих решений	Определяет особенности построения тренировки в подготовительном, соревновательном и переходном периодах большого тренировочного цикла.	Индивидуальное задание	Собеседование
	Владеет оцениванием эффективности принятых организационно-управленческих решений	Оценивает эффективность принятых организационно-управленческих решений	Индивидуальное задание	Собеседование

#### Описание шкал оценивания

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.

#### Шкала пересчета баллов по дисциплине при промежуточной форме аттестации по дисциплине - зачет

Балл	Оценка
от 2,5 до 5,0	«зачтено»
менее 2,4	«незачтено»

### **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.

#### **Перечень практических навыков**

1. Написать определение понятий:
  1. Спорт –
  2. Спортивная деятельность –
  3. Физическая подготовка –
  4. Физическое развитие –
  5. Физические упражнения –
  6. Техника –
  7. Скорость движения –
  8. Сила движения –
  9. Нагрузка –
  10. Обучение –
  11. Совершенствование –
  12. Двигательное знание –
  13. Двигательное умение –
  14. Двигательный навык –
  15. Физические способности –
  16. Мышечная сила –
  17. Скоростные способности –
  18. Координационные способности –
  19. Выносливость –
  20. Гибкость –
  21. Структура урока –
  22. Спортивное соревнование –
  23. Спортивное состязание –
  24. Спортивный результат –
  25. Спортивное достижение –
  26. Спортивный рекорд –
  27. Спортивная тренировка –
  28. Физическая подготовка –
  29. Физическая подготовленность -
  30. Тактика –
  31. Психологическая подготовка –
  32. Цикл –
  33. Микроструктура –
  34. Макроструктура –
  35. Мезоструктура –

#### **Вопросы для проверки уровня теоретической подготовки обучающегося:**

1. Основные тенденции развития адаптивного спорта и системы спортивной подготовки.

2. Формирование теории спорта. Становление и развитие научно-методических основ системы спортивной подготовки.
3. Спортивные результаты как атрибут адаптивного спорта. Факторы и тенденции их динамики.
4. Социальные функции адаптивного спорта и направления спортивного движения в обществе.
5. Система спортивных соревнований для людей с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта). Соревновательная нагрузка в виде спорта. Нагрузка соревновательного упражнения.
6. Содержание и особенности соревновательной деятельности спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
7. Обоснование использования соревнований в совершенствовании тактической подготовки спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
8. Средства и методы спортивной тренировки (на примере конкретного вида спорта).
9. Тренировочные и соревновательные нагрузки, их классификация и компоненты (на примере конкретного вида спорта).
10. Закономерности и принципы спортивной тренировки.
11. Основные разделы в подготовке спортсмена. Стороны подготовленности, определяющие уровень спортивных достижений на различных этапах подготовки (на примере конкретного вида спорта).
12. Особенности специальной физической подготовки в виде спорта.
13. Обоснование теории «критических» периодов онтогенеза в совершенствовании методики воспитания двигательных способностей юных спортсменов (на примере конкретного вида спорта).
14. Методика воспитания силовых способностей у спортсменов с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
15. Методика воспитания быстроты спортсменов у спортсменов с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
16. Методика воспитания двигательно-координационных способностей у спортсменов с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
17. Соотношение ОФП и СФП, технической подготовки на этапах годового цикла, в многолетней подготовке (на примере конкретного вида спорта).
18. Особенности средств подготовки на этапах годового цикла, в многолетней подготовке спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
19. Задачи и содержание специальной технической подготовки спортсмена с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
20. Задачи и содержание специальной тактической подготовки спортсмена с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
21. Задачи и содержание специальной психологической подготовки спортсмена с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
22. Тренировка сознания как фактор совершенствования спортивной деятельности (на примере конкретного вида спорта).
23. Интегральная подготовленность и основы интегральной подготовки (на примере конкретного вида спорта).
24. Построение тренировочных нагрузок в подготовке спортсмена на этапах годового цикла, в многолетней подготовке (на примере конкретного вида спорта).
25. Обоснование построения тренировочных нагрузок с юными спортсменами с ОСЗ на этапе начальной спортивной специализации (углубленной тренировки, спортивного совершенствования) (на примере конкретного вида спорта).
26. Методика построения отдельного тренировочного занятия в виде спорта.
27. Особенности построения годового цикла подготовки, этапов подготовки (на примере конкретного вида спорта).

28. Отбор и ориентация спортсмена с ОСЗ в многолетней подготовке. Отбор спортсмена в группы НП, УТГ, ГСС.
29. Обоснование содержания и форм спортивного отбора в видах спорта (на примере конкретного вида спорта).
30. Обоснование методики использования количественно-качественных показателей спортивных тестов для отбора детей с ОСЗ в различные виды спорта (на примере конкретного вида спорта).
31. Контроль физических качеств спортсмена с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
32. Контроль соревновательной деятельности в виде спорта.
33. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок в виде спорта.
34. Моделирование в спорте. Состав и содержание модельных характеристик (на примере конкретного вида спорта).
35. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в подготовке спортсмена с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
36. Соревнования и тренировка в условиях среднегорья и высокогорья, в условиях жаркого и холодного климата.
37. Соревнования и тренировка в связи с изменениями географического пояса и погодных условий.
38. Тренажеры в системе спортивной подготовки. Диагностическая и управляющая аппаратура в подготовке спортсмена с ОСЗ (на примере конкретного вида 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 «Теория адаптивного спорта» учитывается:

- выполнение индивидуальных заданий по каждой теме практического занятия;
- собеседование по основным вопросам практических занятий, контрольное тестирование по разделам;
- демонстрация практических навыков по оказанию первой помощи пострадавшим при различных чрезвычайных ситуациях;
- итоговое индивидуальное задание.

### **8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

#### **8.1 Основная литература**

Печатные издания	Электронные издания
1. Правила организации и проведения соревнований для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (учебное пособие) / Л.Д. Батищева, Л.Р. Макина, М.И. Евстигнеева, Л.Е. Деньгова, Ставрополь: Изд-во СтГМУ, 2018. – 182 с. (20 экз.)	1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учеб. / авт.-сост. О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев ; под ред. С. П. Евсеева. – М.: Спорт, 2016. – 384 с. – Режим доступа: <a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839183.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839183.html</a> 2. Рипа, М. Д. Кинезотерапия. Культура двигательной активности [Электронный ресурс] : учеб. пособие / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. – М. : КНОРУС, 2016. – 384 с. – Режим доступа по подписке: <a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785406002315.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785406002315.html</a>

## 8.2 Дополнительная литература

Печатные издания	Электронные издания
<p>1. Основы физкультурно-оздоровительного туризма [Текст] : учеб. пособие / сост.: Л. Д.Батищева, И. В. Ерёмин, Л. Е. Деньгова, М. И. Евстигнеева. - Ставрополь : Изд-во СтГМУ, 2015. -186 с. (20 экз.)</p>	<p>Лечебная физическая культура [Текст] : учеб. / под ред. С. Н. Попова. – 7-е изд.. стер. – М.: ИЦ "Академия", 2009. – 416 с. (20 экз.)</p> <p>Лечебная физическая культура [Текст] : учеб. / под ред. С. Н. Попова. – 10-е изд.. стер. – М.: ИЦ "Академия", 2014. – 416 с. (5 экз.)</p> <p>Загайнов, Р. М. Психология современного спорта высших достижений: Записки практического психолога спорта [Электронный ресурс] / Р. М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2012. – 292 с. – Режим доступа : <a href="https://e.lanbook.com/book/4119">https://e.lanbook.com/book/4119</a></p> <p>Актуальные проблемы физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : сб. науч.-метод. тр. профессорско-преподавательского коллектива, аспирантов, соискателей и студентов / под ред. Т. К. Ким, Г. А. Кузьменко. – М. : Прометей, 2013. – 350 с. – Режим доступа : <a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704224204.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704224204.html</a></p> <p>Брискин, Ю. А. Адаптивный спорт [Электронный ресурс] / Ю. А. Брискин. – М. : Советский спорт, 2010. – 316 с. – Режим доступа : <a href="http://e.lanbook.com/book/4083">http://e.lanbook.com/book/4083</a></p>

## 9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет» необходимых для освоения дисциплины

1. <http://lfksport.ru/> - Лечебная физкультура и спортивная медицина: научно-практический журнал;
2. <http://www.sportmedicine.ru/> - Спортивная медицина: информационный интернет-портал;
3. <http://outdoor-play.ru/> - Подвижные игры: коллекция подвижных игр для детей всех возрастов
4. <http://www.fizkult-ura.ru/node/702>- пояснения по сайту
5. <http://detskieigry.ru/categorii/podvizhnost-igry/podvizhnye-igry>
6. <http://www.bmsi.ru> - Библиотека международной спортивной информации БМСИ.
7. <http://teoriya.ru> - Научный портал "ТЕОРИЯ.РУ".
8. <http://www.edu.ru> - Федеральный портал «Российское образование».
9. <http://wholesport.ru> - электронная библиотека спорта.
10. Рецепт-спорт

## 10. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение

№	Название ПО	Основание использования, реквизиты документа, подтверждающего право пользования
1	SQL server	№170.3К от 31.08.2020
2	Traffic inspector	№169.3К от 31.08.2020

3	Abode After Effects	№175.3К от 03.09.2020
4	Abode Illustrator	№175.3К от 03.09.2020
5	Abode InDesign	№175.3К от 03.09.2020
6	Abode Lightroom	№175.3К от 03.09.2020
7	Abode Premiere pro	№175.3К от 03.09.2020
8	Abode CorelDRAW	№175.3К от 03.09.2020
9	Abode Acrobat Pro	№175.3К от 03.09.2020
10	Среда Электронного обучения 3KL Русский MOODLE	Бесплатное

#### Установленное на ПК

№	Название ПО	Основание использования, реквизиты документа, подтверждающего право пользования
1	Kaspersky endpoint security	№173/ЭТ от 09.07.2019
2	Пакет ПО Microsoft	№187/ЭТ от 19.07.2019
3	Архиватор 7 zip	Бесплатное
4	Abode Acrobat reader	Бесплатное
5	VLC медиаплеер	Бесплатное

## **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;

- ситуационные задачи, тестовые задания по изучаемым темам, физкультурно-оздоровительный комплекс, включающий игровой зал.

- спортивный инвентарь и оборудование: баскетбольные и волейбольные мячи, набивные мячи, гимнастические палки, скакалки, кегли, мячи для тенниса, отличительные ленты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, зеркала, магнитофон.

### **11.3 Помещения для самостоятельной работы**

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

Рабочая программа дисциплины «Теория адаптивного спорта»:

Разработана:

Доцент кафедры «Физического воспитания  
и адаптивной физической культуры», к.п.н.

М.И. Евстигнеева

Обсуждена

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

А.А. Марченко

Согласована и рекомендована к использованию в образовательном процессе для обучающихся по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) 2021 года набора очной формы обучения 25.05.2021

Руководитель ОПОП ВО

Л.Е. Митрохина

Декан факультета гуманитарного и  
медико-биологического образования

Н.А. Федько