

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Владимирский государственный университет
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»
(ВлГУ)



УТВЕРЖДАЮ
Директор ИФКС

А.В. Гадалов
2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
АДАПТИВНЫЙ СПОРТ

Направление подготовки / специальность
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)»

Профиль/программа подготовки
«Адаптивное физическое воспитание»

Владимир
2020

ЗАФК-2020

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель освоения дисциплины: овладение студентами основами знаний в сфере профессиональной деятельности и умениями использовать их в своей повседневной практической работе в организации и управлении адаптивной физической культурой и адаптивным спортом. Ознакомление и овладение широким спектром организационной системы управления спортивными и физкультурными предприятиями. Ознакомление с организацией проведения учебно-тренировочного процесса по видам спорта.

Задачи изучения дисциплины:

- формирование мировоззренческих взглядов на состояние и развитие адаптивной физической культуры и спорта на современном этапе развития человечества;
- формировать активность и стремление студентов понимать логику развития адаптивной физической культуры и различных видов адаптивного спорта;
- формировать осознанность места и роли разных видов спорта в историческом процессе развития адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Адаптивный спорт» относится к обязательной части учебного плана. Целью освоения дисциплины является овладение студентами основами знаний в сфере профессиональной деятельности и умениями использовать их в своей повседневной практической работе в организации и управлении адаптивной физической культурой и адаптивным спортом. Ознакомление и овладение широким спектром организационной системы управления спортивными и физкультурными предприятиями. Ознакомление с организацией проведения учебно-тренировочного процесса по видам спорта.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине, в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	
ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровым образом жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться.	ОПК-1.1. Знает составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие. Пользуется документами планирования образовательного и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; целевые результаты и параметры применяемых нагрузок. ОПК-1.2. Умеет рассказывать в доступной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, значении физического воспитания для формирования гармонично развитого человека.	<i>Знает</i> содержание и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств адаптивного спорта; Знает способы оценки результатов обучения в избранном виде адаптивного спорта. <i>Умеет</i> планировать содержание учебно-тренировочных занятий в адаптивном спорте с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий. <i>Владеет</i> методиками планирования внеурочных занятий (кружков адаптивной физической культуры, групп	Тестовые вопросы Ситуационные задачи Практико-ориентированное задание

	<p>ОПК-1.3. Владеет навыками совместного с занимающимися просмотра и обсуждения киноматериалов и видеоматериалов, организацией встреч с известными спортсменами, умением использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению лиц с отклонениями в состоянии здоровья к занятиям адаптивной физической культурой и адаптивным спортом.</p>	<p>ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.</p>	
<p>ПК – 1 Способен осуществлять отбор инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья в группы начальной подготовки в по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).</p>	<p>ПК-1.1. Знает медицинские, возрастные, психофизические требования к инвалидам, лицам с ограниченными возможностями здоровья, зачисляемым в группы начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группы спортивных дисциплин).</p> <p>ПК-1.2. Умеет организовывать и проводить тестирование лиц с сенсорно – двигательными нарушениями, учитывая возраст, пол, спортивную специализацию и уровень подготовленности.</p> <p>ПК-1.3. Владеет методами распределения инвалидов, лиц с ОВЗ, зачисленными на этап начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин), в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития, функциональными группами, а</p>	<p><i>Знает</i> содержание и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств спорта, способы оценки результатов обучения в избранном виде спорта. Знает порядок организации занятий в сфере массового спорта.</p> <p><i>Умеет</i> планировать содержание учебно-тренировочных занятий с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p> <p><i>Владеет</i> методикой планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп ОФП, спортивных секций); - планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации. Способен руководить физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью по месту работы, месту жительства и месту отдыха, а также в образовательных организациях</p>	<p>Тестовые вопросы Ситуационные задачи Практико-ориентированное задание</p>

	индивидуальными особенностями ограничений в состоянии здоровья.		
ПК – 2 Способен к развитию у занимающихся физических качеств, функциональных возможностей, основ техники и теоретических представлений об избранном адаптивном виде спорта.	<p>ПК-2.1. Знает методики обучения занимающихся технике спортивных дисциплин (упражнений) в виде спорта (группе спортивных дисциплин).</p> <p>ПК-2.2. Умеет выбирать и применять адекватные методы развития у занимающихся физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; использовать технические средства, методики и приемы физической помощи для обучения занимающихся двигательным действиям, развития и совершенствования качеств и способностей, значимых в виде (спортивной дисциплины) адаптивного спорта.</p> <p>ПК- 2.3. Владеет способами проведения с занимающимися теоретических занятий (лекций и бесед) по основам спортивной гигиены в адаптивном спорте, врачебного контроля и самоконтроля, механизмам и особенностям влияния физической культуры на организм человека,</p>	<p><i>Знает</i> актуальные проблемы и тенденции развития знания о физкультурно-спортивной деятельности, путях совершенствования ее средств и методов (технологий) в плане организации занятий по подготовке и приема у населения нормативов по физической подготовленности.</p> <ul style="list-style-type: none"> - направления научных исследований в области физической культуры и спорта, различных видах спорта; - основные источники получения информации в сфере адаптивной физической культуры и спорта; - актуальные вопросы развития ИВАС, направления повышения эффективности учебно-тренировочного процесса и соревновательной деятельности <p><i>Умеет</i> самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления тренировочного и образовательного процессов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении тренировочного и образовательного процессов; - анализировать и оценивать эффективность процесса спортивной подготовки в ИВАС; физкультурно-оздоровительной деятельности; - подбирать и использовать методы исследования в ИВАС; - интерпретировать результаты собственных исследований в ИВАС; <p><i>Владеет</i> опытом использования исследовательских материалов при</p>	Тестовые вопросы Ситуационные задачи Практико-ориентированное задание

	<p>истории и правилам вида адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).</p>	<p>осуществлении планирования, педагогического контроля и методического обеспечения тренировочного и образовательного процессов в ИВАС.</p>	
<p>ПК - 3 Способен к планированию и контролю результатов спортивной подготовки занимающихся в группах начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).</p>	<p>ПК-3.1. Знает порядок составления и ведения отчетной документации по контролю и анализу тренировочного процесса на этапе начальной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин); федеральные стандарты спортивной подготовки по виду адаптивного спорта.</p> <p>ПК-3.2. Умеет использовать различные средства контроля и оценки уровня физической и технической подготовленности занимающихся (врачебно – педагогический контроль, тестирование, антропометрические измерения).</p> <p>ПК-3.3. Владеет способами составления проекта годичного плана тренировочного процесса для групп начальной подготовки в соответствии с программой спортивной подготовки по виду адаптивного спорта (группе спортивных дисциплин).</p>	<p><i>Знает</i> методы измерения и оценки физического развития характеристик тела человека и его движений в рамках дополнительных образовательных программ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - роль педагогического контроля в целесообразной организации тренировочного и образовательного процесса; - нормативные требования и показатели физической подготовленности, оценки двигательных качеств, методы проведения анатомического анализа положений и движений тела человека; <p><i>Владеет</i> методиками контроля и оценки техники, тактической и физической подготовленности в ИВАС;</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности оценивания процесса и результатов учебно - тренировочного процесса в ИВАС. <p><i>Умеет</i> с помощью методов экспресс - диагностики определить протекание восстановительных процессов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять контроль за состоянием различных функциональных систем жизнеобеспечения организма человека в зависимости от вида деятельности, возраста и пола; - проводить тестирование подготовленности занимающихся ИВАС; - анализировать результаты педагогического контроля в ИВАС. 	<p>Тестовые вопросы Ситуационные задачи Практико-ориентированное задание</p>

4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Тематический план форма обучения – заочная

Трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 часов

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	В форме практической подготовки		
1	Введение. Организационные основы адаптивного спорта	7	1-2	1				8	
2	Методические основы адаптивного спорта	7	3-4	1				8	
3	Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4 декабря 2007 г. № 329 – ФЗ (последняя редакция) об «Адаптивной физической культуре, физической реабилитации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Спорт инвалидов»	7	5-6		2		2	8	рейтинг-контроль 1
4	Классификация основных направлений развития адаптивного спорта. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.	7	7-8	1	1		1	8	
5	Система адаптивного физического воспитания в РФ. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО)» для занятий людьми с ограниченными возможностями.	7	9-10	1	1		1	8	
6	Проектирование, создание и управление спортивно – оздоровительным клубом инвалидов	7	11-12		1		1	8	рейтинг-контроль 2

7	Подготовка, организация и проведение спортивных соревнований для лиц с инвалидностью (повреждение опорно – двигательного аппарата)	7	13-14		1		1	8	
8	Подготовка, организация и проведение спортивных соревнований для лиц с инвалидностью (повреждение слуха и речи)	7	15-16		1		1	8	
9	Подготовка, организация и проведение спортивных соревнований для лиц с инвалидностью (особенности умственного развития)	7	17-18		1		1	5	рейтинг-контроль 3
Всего 7 семестр					4	8		69	Экзамен (27)
Наличие в дисциплине КП/КР									-
Итого по дисциплине					4	8		69	экзамен (27)

**Тематический план
форма обучения – заочная на базе СПО**

Трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 часов

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	В форме практической подготовки		
1	Введение. Организационные основы адаптивного спорта	5	1-2	2				8	
2	Методические основы адаптивного спорта	5	3-4		1		1	8	
3	Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4 декабря 2007 г. № 329 – ФЗ (последняя редакция) об «Адаптивной физической куль-	5	5-6	1	1		1	8	рейтинг-контроль 1

	туре, физической реабилитации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Спорт инвалидов»								
4	Классификация основных направлений развития адаптивного спорта. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.	5	7-8		1		1	8	
5	Система адаптивного физического воспитания в РФ. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО)» для занятий людьми с ограниченными возможностями.	5	9-10		1		1	8	
6	Проектирование, создание и управление спортивно – оздоровительным клубом инвалидов	5	11-12					8	рейтинг-контроль 2
7	Подготовка, организация и проведение спортивных соревнований для лиц с инвалидностью (повреждение опорно – двигательного аппарата)	5	13-14	1				8	
8	Подготовка, организация и проведение спортивных соревнований для лиц с инвалидностью (повреждение слуха и речи)	5	15-16					8	
9	Подготовка, организация и проведение спортивных соревнований для лиц с инвалидностью (особенности умственного развития)	5	17-18					9	рейтинг-контроль 3
	Всего 5 семестр			4	4			73	Экзамен (27)
	Наличие в дисциплине КП/КР								-
	Итого по дисциплине			4	4			73	экзамен (27)

Содержание лекционных занятий по дисциплине

3 семестр

Тема №1. Введение. Организационные основы адаптивного спорта

Содержание темы. Возникновение и развитие адаптивного спорта в России и за рубежом.

Тема №2. Методические основы адаптивного спорта

Содержание темы. Определения понятий адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт и др. Основы теории и методики адаптивной физической культуры. Основные понятия теории и методики адаптивного спорта.

Тема №3. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4 декабря 2007 г. № 329 – ФЗ (последняя редакция) об «Адаптивной физической культуре, физической реабилитации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Спорт инвалидов».

Содержание темы. Система законодательства Российской Федерации в области адаптивной физической культуры и спорта (Ст 31 Закона о ФКиС).

Тема №4 Классификация основных направлений развития адаптивного спорта. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.

Содержание темы. Паралимпийский спорт (спорт людей с поражениями опорно – двигательного аппарата), сурдлимпийский комитет (спорт глухих и глухо – немых), Специальная олимпиада России (спорт умственно отсталых людей), спорт слепых и т.д.

Тема №5 Система адаптивного физического воспитания в РФ. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО)» для занятий людьми с ограниченными возможностями.

Содержание темы. Цель и задачи адаптивного физического воспитания в России. Общие социально – педагогические принципы системы адаптивного физического воспитания. Функции и формы физической культуры в обществе. Реализация положений ВФСК «Готов к труду и обороне» применительно к людям с ограниченными возможностями в современных условиях.

Тема №6 Проектирование, создание и управление спортивно – оздоровительным клубом инвалидов

Содержание темы. Субъекты управления в адаптивном спорте. Их полномочия, права направления деятельности.

Тема №7 Подготовка, организация и проведение спортивных соревнований для лиц с инвалидностью (повреждение опорно – двигательного аппарата)

Содержание темы. Паралимпийский спорт. Адаптивный спорт, как форма жизненной активности – социальной занятости и достижений.

Тема №8 Подготовка, организация и проведение спортивных соревнований для лиц с инвалидностью (повреждение слуха и речи)

Содержание темы. Соревнования среди глухих спортсменов. Сурдлимпийская олимпиада.

Тема №9 Подготовка, организация и проведение спортивных соревнований для лиц с инвалидностью (особенности умственного развития)

Содержание темы. Соревнования среди умственно отсталых спортсменов. «Специальная олимпиада»

Содержание практических занятий по дисциплине

3 семестр

Тема №1. Введение. Организационные основы адаптивного спорта

Содержание темы. Возникновение и развитие адаптивного спорта в России и за рубежом.

Тема №2. Методические основы адаптивного спорта

Содержание темы. Определения понятий адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт и др. Основы теории и методики адаптивной физической культуры. Основные понятия теории и методики адаптивного спорта.

Тема №3. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4 декабря 2007 г. № 329 – ФЗ (последняя редакция) об «Адаптивной физической культуре, физической реабилитации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Спорт инвалидов».

Содержание темы. Система законодательства Российской Федерации в области адаптивной физической культуры и спорта (Ст 31 Закона о ФКиС).

Тема №4 Классификация основных направлений развития адаптивного спорта. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.

Содержание темы. Паралимпийский спорт (спорт людей с поражениями опорно – двигательного аппарата), сурдлимпийский комитет (спорт глухих и глухо немых), Специальная олимпиада России (спорт умственно отсталых людей), спорт слепых и т.д.

Тема №5 Система адаптивного физического воспитания в РФ. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО)» для занятий людьми с ограниченными возможностями.

Содержание темы. Цель и задачи адаптивного физического воспитания в России. Общие социально – педагогические принципы системы адаптивного физического воспитания. Функции и формы физической культуры в обществе. Реализация положений ВФСК «Готов к труду и обороне» применительно к людям с ограниченными возможностями в современных условиях.

Тема №6 Проектирование, создание и управление спортивно – оздоровительным клубом инвалидов

Содержание темы. Субъекты управления в адаптивном спорте. Их полномочия, права направления деятельности.

Тема №7 Подготовка, организация и проведение спортивных соревнований для лиц с инвалидностью (повреждение опорно – двигательного аппарата)

Содержание темы. Паралимпийский спорт. Адаптивный спорт, как форма жизненной активности – социальной занятости и достижений.

Тема №8 Подготовка, организация и проведение спортивных соревнований для лиц с инвалидностью (повреждение слуха и речи)

Содержание темы. Соревнования среди глухих и глухонемых спортсменов. Сурдлимпийская олимпиада.

Тема №9 Подготовка, организация и проведение спортивных соревнований для лиц с инвалидностью (особенности умственного развития)

Содержание темы. Соревнования среди умственно отсталых спортсменов. «Специальная олимпиада».

**5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ
УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ
ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ
ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«АДАПТИВНЫЙ СПОРТ»**

Для оценки знаний студентов подготовлены контрольные тестовые вопросы по тематике разделов дисциплины.

Рейтинг-контроль 1

Введение. Организационные основы адаптивного спорта. Методические основы адаптивного спорта. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4 декабря 2007 г. № 329 – ФЗ (последняя редакция) об «Адаптивной физической культуре, физической реабилитации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Спорт инвалидов»

ПРИМЕРЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

1. Назовите два центральных положения теории обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.

- а. Создание оптимальных условий выполнения осваиваемых движений за счет разнообразных средств, обеспечивающих полную безопасность занимающихся.
- б. Определение правильного образа двигательного действия, построенного на основе количественного и качественного анализа структуры движения.
- в. *Создание специальных, искусственных условий за счет широкого применения помощи и технических средств; определение «эталонной» техники действия.*
- г. Создание необходимых условий выполнения осваиваемых движений за счет технологий, компенсирующих недостаточную подготовленность занимающихся.

2. Какие функции адаптивного физического воспитания детей всех возрастных категорий являются ведущими (сквозными)?

- а. Образовательная, развивающая, социализирующая, коммуникативная, воспитательная.
- б. Воспитательная, ценностно-ориентационная, гуманистическая, развивающая, профилактическая.
- в. *Коррекционно-компенсаторная, профилактическая, образовательная, развивающая, воспитательная.*
- г. Развивающая, профессионально-подготовительная, интегративная, воспитательная, коррекционно-компенсаторная

3. К наиболее значимым принципам классификации спортсменов-инвалидов относятся...

- а. Максимально возможное уравнивание шансов спортсменов на победу в рамках одного класса; периодическое переосвидетельствование спортсменов, дефекты которых не носят необратимого характера.

- б. *Принципы: справедливости, максимального вовлечения, постоянного уточнения.*
- в. Осуществление подбора лиц в один класс с примерно одинаковыми функциональными ограничениями; максимальный охват лиц с различными видами патологии и степенью ее тяжести.
- г. Осуществление подбора лиц в один класс с примерно одинаковыми функциональными возможностями; максимальный охват лиц обоего пола с различными видами патологии и степенью ее тяжести.

4. Какие обстоятельства вынудили руководство олимпийским движением Советского Союза обратить внимание на развитие спорта инвалидов в стране?

- а. Объявление Генеральной Ассамблеей ООН 1981 года — Международным годом инвалидов под лозунгом «Спорт для всех!».
- б. Учреждение в 1982 году Международного координационного комитета по спорту инвалидов в мире.
- в. Поддержка президентом МОК Хуан Антонио Самаранчем идеи Паралимпийских игр, и объявление об их курировании Международным олимпийским комитетом.
- г. *Решение МОК о допуске к будущей Олимпиаде только тех стран, которые принимают участие в паралимпийском движении.*

5. Какая организация является в России ведущей структурной единицей по непосредственной практической работе в области адаптивного спорта?

- а. *Физкультурно-спортивный клуб инвалидов.*
- б. Федерация по видам адаптивного спорта.
- в. Всероссийское общество инвалидов.
- г. Паралимпийский комитет России.

6. Какие двигательные расстройства являются наиболее типичными и характерными для всех нозологических групп?

- а. Вынужденное снижение двигательной активности, сокращение объема и интенсивности двигательной деятельности, снижение энергетических затрат.
- б. Ухудшение жизненно необходимых физических качеств: мышечной силы, быстроты и мощности движений, выносливости, ловкости, подвижности в суставах.
- в. Нарушение координационных способностей, которые негативно отражаются на качестве движений, необходимых в учебной, трудовой, бытовой деятельности.
- г. *Низкий уровень развития физических качеств, нарушение координационных способностей, нарушение осанки, деформация стоп, гипокинезия.*

7. Для людей с полной потерей зрения отделочные материалы применяемых в спортивных залах должны иметь свойства:

- а. звукоусиливающие
- б. звукопоглощающие
- с. звуковоспроводящие
- д. звуконейтральные

8. Сооружения, предназначенные для обслуживания занимающихся и участников соревнований, относятся к:

- а. бытовым
- б. вспомогательным
- с. сооружениям для зрителей
- д. основным

Рейтинг-контроль 2

Классификация основных направлений развития адаптивного спорта. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом. Система адаптивного физического воспитания в РФ. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне

(ГТО)» для занятий людьми с ограниченными возможностями. Проектирование, создание и управление спортивно – оздоровительным клубом инвалидов

ПРИМЕРЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

1. Сущность методов строго регламентированного упражнения заключается в том, что:

- А) каждое упражнение направлено одновременно на совершенствование техники движения и на развитие физических способностей.
- Б) они являются связующим звеном между запроектированной целью и конечным результатом физического воспитания.
- В) они определяют строгую организацию занятий физическими упражнениями.
- Г) каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой

2. Педагогический процесс, направленный на системное освоение рациональных способов управления своими движениями, приобретение необходимых двигательных навыков, умений, а также связанных с этим процессом знаний, называется:

- А) физическим образованием; В) физическим развитием;
- Б) физическим воспитанием; Г) физической культурой.

3. Какое из пяти понятий включает в себя остальные четыре:

- А) Адаптивный спорт
- Б) Адаптивная реабилитация
- В) Адаптивная физическая культура
- Г) Адаптивная рекреация
- Д) Адаптивное физическое воспитание

4. Адаптивный спорт это

А) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре.

Б) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности личности в самоактуализации, в максимально возможной самореализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей.

В) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребность индивида с отклонениями в состоянии здоровья в лечении, восстановлении у него временно утраченных функций.

Г) компонент (вид) адаптивной физической культуры, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья в отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении.

6. Что такое «стретчинг» ?

- А) морфофункциональные свойства опорно-двигательного аппарата, определяющие степень подвижности его звеньев;
- Б) система статических упражнений, развивающих гибкость и способствующих повышению эластичности мышц;
- В) гибкость, проявляемая в движениях;
- Г) мышечная напряженность

7. Основная направленность занятий по адаптивной физической культуре для детей дошкольного возраста с ДЦП

- А) Реабилитационная Б) Двигательная
- В) Коррекционная Г) Социализирующая

8. Способы выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательная задача выполняется целесообразно с относительно большей интенсивностью, это

- А) Гигиенические факторы. В) техника физических упражнений.

Б) Физкультурно-оздоровительные упражнения. Г) Физические упражнения.

Рейтинг-контроль 3

Классификация основных направлений развития адаптивного спорта. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом. Система адаптивного физического воспитания в РФ. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне (ГТО)» для занятий людьми с ограниченными возможностями. Проектирование, создание и управление спортивно – оздоровительным клубом инвалидов

ПРИМЕРЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

1. В адаптивном спорте выделяют:

- А. Инвалидный, массовый, детский, юношеский, высших достижений.
- Б. Олимпийский, дворový, любительский.
- В. Любительский, профессиональный, массовый.

2. Адаптивный спорт это:

- А. Диета, упражнения, правильное дыхание.
- Б. Физические упражнения и тренировки.
- В. Деятельность, проводимая в соответствии с некоторыми правилами, состоящая в честном сопоставлении сил и способностей участников.

3. Отличительным признаком адаптивной физической культуры и спорта является:

- А. Правильно организованный и воспроизводимый алгоритм движений, способствующий достижению спортивных результатов.
- Б. Использование природных сил для восстановления организма с целью реабилитации и восстановления.
- В. Стабильно высокие результаты, получаемые на тренировках.

4. Адаптивная физическая культура представляет собой

- А. Определенную часть культуры человека.
- Б. Учебную активность, повышающую знания о способах лечебной реабилитации.
- В. Культуру здорового духа и тела с целью реабилитации после спортивных травм.

5. Развитие спорта инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья основывается на принципах:

- А. приоритетности, массового распространения и доступности занятий спортом;
- Б. оказания помощи данным категориям граждан в получении физкультурных и спортивных услуг;
- В. равноправия и доступности.

6. Международная Стоук-Мэндвильская спортивная организация (ISMWFS) представляет в адаптивном спорте

- А. слепых спортсменов
- Б. колясочников
- В. глухонемых спортсменов
- Д. умственно отсталых спортсменов

7. Международная спортивная федерация спортсменов с нарушением интеллекта (INAS-FID) объединяет людей

- А. глухонемых спортсменов
- Б. умственно отсталых спортсменов
- В. лиц с физическими недостатками

8. Международная Стоук-Мэндвильская спортивная организация колясочников (ISMWFS) является одним из организаторов

- А. Сурдлимпийских игр
- Б. Паралимпийских игр
- В. Специальной олимпиады

5.2 ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

(ЭКЗАМЕН)

Вопросы к экзамену

1. Адаптивный спорт как вид адаптивной физической культуры.
2. Основные задачи адаптивного спорта
3. Система классификации в адаптивном спорте
4. Паралимпийское движение
5. Сурдлимпийское движение
6. Движение Специальной Олимпиады
7. Критерии выделения в группы (классы) в спортивно-медицинской классификации
8. Международные спортивные организации инвалидов
9. Международная спортивная организация инвалидов (для лиц с физическими недостатками) (ISOD)
10. Международная ассоциация спорта и отдыха для спортсменов с церебральным параличом (с нарушением мозговой двигательной системы) (CP-ISRA)
11. Международная Стоук-Мэндвильская спортивная организация колясочников (ISMWFS)
12. Международная спортивная ассоциация слепых (IBSA)
13. Международная спортивная федерация для людей с нарушением интеллекта (INAS-FID)
14. Международная спортивная организация Специальной Олимпиады (SOI)
15. Учреждения дополнительного образования спортивной направленности лиц с ограниченными возможностями
16. Общественные организации физкультурно-спортивных объединений инвалидов
17. Соревновательная и развивающая функции адаптивного спорта.
18. Учебно-познавательная и воспитательная функции адаптивного спорта
19. Ценностно-ориентационная и творческая функции адаптивного спорта
20. Функции адаптивного спорта - профилактическая и самовоспитания
21. Престижная и интегративная функции адаптивного спорта
22. Традиционная и нетрадиционная модели состязаний в адаптивном спорте
23. Структура и деятельность спортивно-адаптивного клуба
24. Структура и деятельность учреждений дополнительного образования спортивной направленности инвалидов, лиц с отклонениями в состоянии здоровья
25. Календарь соревнований по адаптивному спорту.

26. Организация соревнований и спортивных праздников для инвалидов, лиц с ограниченными возможностями
27. Тренировка в адаптивном спорте
28. Средства, методы, организационные формы спортивно-адаптивной тренировки инвалидов различного возраста и различных нозологических групп (по выбору).
29. Принципы тренировки в адаптивном спорте
30. Паралимпийские игры
31. Сурдлимпийские игры
32. Игры Специальной Олимпиады
33. Адаптивный спорт, как форма жизненной активности – социальной занятости и достижений
34. Адаптивный спорт, как средство комплексной реабилитации инвалидов, лиц с отклонениями в состоянии здоровья
35. Роль адаптивного спорта в получении профессионального образования и трудоустройстве лиц с инвалидностью
36. Взаимовлияние двигательного и интеллектуального развития в процессе занятий адаптивным спортом инвалидов (нозологическая группа и возраст - по выбору).
37. Коррекция и развитие познавательной деятельности инвалидов средствами адаптивного спорта (нозологическая группа и возраст - по выбору).
38. Коррекция эмоционально-волевой сферы инвалидов средствами адаптивного спорта (нозологическая группа и возраст по выбору).
39. Методика развития творческого потенциала детей-инвалидов средствами адаптивного спорта (нозологическая группа и возраст – по выбору).
40. Формы интеграции здоровых людей и инвалидов в адаптивном спорте (нозологическая группа и возраст - по выбору).
41. Методы воспитания и стимуляция самовоспитания средствами адаптивного спорта (нозологическая группа и возраст - по выбору).
42. Развитие физических качеств у лиц с инвалидностью (нозологическая группа и возраст - по выбору).
43. Развитие координационных способностей у лиц с инвалидностью (нозологическая группа и возраст - по выбору).
44. Особенности адаптивного спорта лиц со сложными нарушениями в развитии (сочетанная патология - нарушение интеллекта, ЗПР, ДЦП и др.).
45. Физическая и эмоционально-психическая нагрузка и способы ее регулирования в тренировочных занятиях в адаптивном спорте.
46. Подготовка, организация и проведение спортивных мероприятий для лиц с ограниченными возможностями (нозологическая группа и возраст - по выбору).

5.3 Самостоятельная работа обучающегося

Тематика рефератов к курсу «Адаптивный спорт»

1. Исторический анализ развития адаптивного спорта в мире
2. Развитие адаптивного спорта для различных нозологических групп в нашей стране
3. Развитие адаптивного спорта для различных нозологических групп в мире
4. Спортивные движения инвалидов
5. Развитие адаптивного спорта в Российской Федерации.
6. Спортивно-медицинская классификация в адаптивном спорте
7. Дивизионы соревнований по программе Специальной Олимпиады

8. Отбор спортсменов Специальной Олимпиады на соревнования
9. Основные функции адаптивного спорта
10. Соревнования в адаптивном спорте
11. Деятельность учреждений дополнительного образования спортивной направленности инвалидов
12. Организация тренировочного процесса в адаптивном спорте
13. Принципы тренировочного процесса в адаптивном спорте
14. Участие Российских спортсменов в летних Паралимпийских Играх
15. Участие Российских спортсменов в зимних Паралимпийских Играх
16. Участие владимирских спортсменов в Паралимпийских Играх
17. Развитие адаптивного спорта во Владимире и Владимирской области
18. Подготовка, организация и проведение спортивных праздников для лиц с ограниченными возможностями (нозологическая группа и возраст - по выбору)
19. Развитие физических качеств у лиц с инвалидностью (нозологическая группа и возраст - по выбору).
20. Развитие координационных способностей у лиц с инвалидностью (нозологическая группа и возраст - по выбору).
21. Регулирование физической нагрузки в тренировочных занятиях в адаптивном спорте.
22. Регулирование эмоционально-психической нагрузки в тренировочных занятиях в адаптивном спорте
23. Формирование навыков социального поведения и управления эмоциями в адаптивном спорте (нозологическая группа и возраст - по выбору).

Фонд оценочных материалов (ФОМ) для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

6.1. Книгообеспеченность

Наименование литературы: автор, название, вид издания, издательство	Год издания	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ
		Наличие в электронном каталоге ЭБС
1. Махов А.С. Теория и практика управления развитием адаптивного спорта в России: монография. – Шуя : Изд-во Шуйского филиала ФГБОУ ВПО «Ивановский государственный университет», 2013. – 185 с.	2013	studentlibrary. ru/book ISBN 978 -5 - 86229-347-0
1. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для вузов по направлению подготовки "Педагогическое образование" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов — 11-е изд., — Москва: Академия, 2013 — 479 с.	2013	http://www.studentlibrary. ru/book ISBN 978-5-7695-9526-4.

2. Зюрин Э.А. Педагогические принципы деятельности специалиста в области физической культуры и спорта: учеб. пособие/ Э.А. Зюрин, Гадалов А.В. и др.; Владим. гос. ун-т А.Г. и Н.Г. Столетовых. – Владимир: Изд-во ВлГУ, 2019. – 155 с.	2019	http://www.studentlibrary.ru/book ISBN 978-5-9984-0908-0.
Дополнительная литература		
1. Губа В.П. Основы спортивной подготовки. Методы, оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход) [Электронный ресурс]: монография/ Губа В.П.— Электрон. Текстовые данные.— М.: Советский спорт, 2012.— 384 с.	2012	http://www.studentlibrary.ru/book ISBN:978-5-9718-0577-9.
2. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) [Электронный ресурс]: Документы и методические материалы / Сост. Н.В. Паршикова, В.В. Бабкин, П.А. Виноградов, В.А. Уваров; под общей ред. В.Л. Мутко. - 2-е изд. с измен. и дополн. - М. : Спорт, 2015. - 208 с. : ил. -	2015	http://www.studentlibrary.ru/book ISBN 978-5-9907239-9-3
3. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для вузов по направлению подготовки "Педагогическое образование"/ Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов - 11-е изд., — Москва: Академия, 2015—479с.	2015	http://www.studentlibrary.ru/book ISBN 978-5-7695-9526-4. .html
Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебное пособие. – М. : Советский спорт, 2000. 240 с.	2016	http://www.studentlibrary.ru/book/ ISBN9785392217816.html

6.2. Периодические издания

1. Теория и практика физической культуры
2. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка
3. Культура физическая и здоровье
4. Лечебная физкультура и спортивная медицина
5. Адаптивная физическая культура
6. Вестник спортивной науки

6.3. Интернет-ресурсы

1. <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.
2. <http://tpfk.infosport.ru> – «Теория и практика физической культуры». Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры сайты спортивных федераций РФ
3. <http://www.basket.ru> — Федерация баскетбола
4. <http://www.volley.ru> — Федерация волейбола
5. <http://www.paralymp.ru.roc.ru> — Федерация спорта слепых
6. <http://www.sport.ru/bmsi.ru> - Физкультурно – спортивный клуб инвалидов

7. <http://www.fhr.ru> — Федерация хоккея
8. <http://www.rusbandy.ru> — Федерация хоккея с мячом
9. <http://www.olympic.ru> Официальный сайт Олимпийского комитета России
10. <http://coa.sportedu.ru> Официальный сайт Центральной олимпийской академии
11. <http://minstm.gov.ru> Официальный сайт Министерства спорта РФ

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

Для проведения лекций по дисциплине используется мультимедийная аудитория с проектором (ауд. №109, 3-й спортивный корпус).


Для проведения семинарских занятий используется аудитория, оснащенная проектором, для показа презентаций (ауд. №103, 108 - 3-й спортивный корпус и ауд. 3, корпуса №10, оснащенная мультимедийным оборудованием).


Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» профиль «Адаптивное физическое воспитание».

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» профиль «Адаптивное физическое воспитание».

Рабочую программу составил профессор кафедры ТМБОФК  Гадалов А.В.

Рецензент: Директор ГБУ ВО «ЦСП «ШВСМ», кандидат педагогических наук, доцент  Логвинов А.В.

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК
протокол № 130.08.21 от 30.08.21 года.
Заведующий кафедрой  Батоцыренова Т.Е.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии
направления 49.03.01 и 49.03.02
протокол № 1 от 30.08.21 года.
Председатель комиссии  Батоцыренова Т.Е.