МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Шуйский филиал ИвГУ

Кафедра безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры

ОДОБРЕНО:
Руководитель ОП
(подпись) Н.Е. Хромцов
«25» февраля 2025 г.

Рабочая программа дисциплины
АДАПТИВНЫЙ СПОРТ

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	49.03.01 Физическая культура
Направленность (профиль) образовательной программы:	Фитнес-технологии и массовый спорт

Шуя

1. Цели освоения дисциплины: формирование представлений об адаптивном спорте; раскрытие значения данной дисциплины в профессиональной деятельности будущих специалистов по работе с инвалидами и людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья, формирование у студентов навыков научного мышления, воспитание умения интегрировать содержание отдельных дисциплин курса.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Адаптивный спорт» является обязательной для изучения; относится к формируемой участниками образовательных отношений части блока дисциплин Б1.

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности обучающихся к освоению дисциплин: теория и методика ВФСК «ГТО»; северная ходьба; фиджитал спорт; прохождению производственной практики, профессионально-ориентированной практики, в фитнес-центр; производственной практики, преддипломной практики; подготовке к сдаче и сдаче государственного экзамена, выполнению и защите выпускной квалификационной работы.

Студент, приступающий к изучению дисциплины, должен:

Знать:

- закономерности и факторы физического и психического развития, и особенности их проявления в разные возрастные периоды;
- виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте;
- современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий;
- особенности мотивации к занятиям физическими упражнениями и спортом в группах различного возраста, пола, уровня здоровья, профессии и социального статуса;

механизмы социализации личности в спорте и адаптивном спорте;

- периодизацию истории физической культуры, адаптивной физической культуры, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, адаптивной физической культуры.

Уметь:

- решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту и во вне учебного времени в сотрудничестве с другими педагогическими работниками;
- формировать навыки социально-осознанного поведения в поликультурной среде;
- выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте;
- анализировать социальные истоки и мотивацию к занятиям физическими упражнениями и спортом различных социальных слоев и групп, закономерности выбора вида спорта, вида адаптивного спорта и двигательной активности; понимать групповую динамику и особенности межличностных отношений в группах различного социального состава, возраста, состояния здоровья и пола, занимающихся спортом и физической культурой, адаптивным спортом и адаптивной физической культурой;
- понимать социальную значимость профессии в сфере физической культуры и адаптивной физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества.

Иметь опыт:

- использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан;

- подготовки материалов и проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх;
- составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом;
- изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте;
- социологического анализа данных о результатах деятельности организаций физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, оценки эффективности их деятельности, прогнозирования условий и направления ее развития в социально-культурном контексте;
- проведения теоретических занятий и бесед со спортсменами о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх.

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

3.1. Компетенции, формированию которых способствует данная дисциплина

При реализации дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

а) универсальные компетенции (УК) и индикаторы их достижения:

Наименование категории (группы) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Знает: значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности, и влияние физических упражнений на данные показатели; основы организации здорового образа жизни; требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; основы планирования и проведения занятий по физической культуре; основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря. УК-7.2. Умеет: самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; планировать отдельные

		занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; проводить занятия по общей физической подготовке; определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности. УК-7.3. Имеет опыт: проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.

б) профессиональные компетенции (ПК) и индикаторы их достижения:

Код и наименование профессиональной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции	Основание (ПС, анализ опыта)
Тип задач профессиональной деятельности: педагогический		
ПК-1. Способен анализировать, проектировать и разрабатывать программы дополнительного образования, на основе инновационных подходов и современных средств обучения с учётом области деятельности, особенностей возраста, группы и отдельных обучающихся.	ПК-1.1. Знает: общие основы теории и методики физической культуры; основные понятия теории физической культуры; основные средства и методы физического воспитания. ПК-1.2. Умеет: применять положения теории физической культуры в образовательном процессе; разрабатывать учебные программы по физической культуре в сфере дополнительного образования; использовать средства и методы физического воспитания с учетом особенностей различных категорий занимающихся, в том числе лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов. ПК-1.3. Имеет опыт: рационального построения процесса физического воспитания;	Профессиональный стандарт 01.003 Педагог дополнительного образования детей и взрослых

	применения комплекса средств и методов физического воспитания при организации занятий фитнесом и массовым спортом.	
Тип задач профессиональной деятельности: рекреационный		
ПК-3. Способен разрабатывать, сопровождать и адаптировать индивидуальные фитнес-программы, направленные на сохранение и укрепление здоровья у различных групп населения с учетом пола, возраста и потребности, на основе интерпретации результатов мониторинга физического состояния и подготовленности занимающихся	ПК-3.1. Знает: принципы реализации индивидуальных фитнес-программ с учетом системы приоритетов для населения по компонентам фитнеса. ПК-3.2. Умеет: осуществлять предварительное, этапное и итоговое фитнес-тестирование для объективного анализа, обобщения и оценки функционального состояния, физической подготовленности и особенностей организма, занимающихся с целью варьирования и индивидуализации применяемых фитнес-программ. ПК-3.3. Имеет опыт: разработки и проведения индивидуальных фитнес-программ для различных групп населения, в том числе с указанием частоты, интенсивности, продолжительности, вида и структуры занятия, включая использование передовых фитнес-технологий и принципа периодизации по фазам фитнес-тренировок.	05.017 Профессиональный стандарт Специалист по фитнесу (Фитнес-тренер)

3.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения формируемых компетенций

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3));
- основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности, и влияние физических упражнений на данные показатели (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3));
- основы организации здорового образа жизни (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3));
- требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3)) ;
- правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3));
- методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3)) ;
- основы планирования и проведения занятий по физической культуре (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3));
- основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3));
- правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3));
- общие основы теории и методики физической культуры (ПК-1 (индикаторы – 1, 2, 3));

- основные понятия теории физической культуры (ПК-1 (индикаторы – 1, 2, 3));
- основные средства и методы физического воспитания (ПК-1 (индикаторы – 1, 2, 3));
- принципы реализации индивидуальных фитнес-программ с учетом системы приоритетов для населения по компонентам фитнеса (ПК-3 (индикаторы – 1, 2, 3)).

Уметь:

- самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; проводить занятия по общей физической подготовке (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3));
- определять и учитывать величину нагрузки на занятиях (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3));
- соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3));
- пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3));
- применять положения теории физической культуры в образовательном процессе (ПК-1 (индикаторы – 1, 2, 3));
- разрабатывать учебные программы по физической культуре в сфере дополнительного образования (ПК-1 (индикаторы – 1, 2, 3));
- использовать средства и методы физического воспитания с учетом особенностей различных категорий занимающихся, в том числе лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов (ПК-1 (индикаторы – 1, 2, 3));
- осуществлять предварительное, этапное и итоговое фитнес-тестирование для объективного анализа, обобщения и оценки функционального состояния, физической подготовленности и особенностей организма, занимающихся с целью варьирования и индивидуализации применяемых фитнес-программ (ПК-1 (индикаторы – 1, 2, 3)).

Имеет опыт:

- проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3));
- планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; планирования и проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3));
- владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3));
- самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности (УК-7 (индикаторы – 1, 2, 3));
- рационального построения процесса физического воспитания (ПК-1 (индикаторы – 1, 2, 3));
- применения комплекса средств и методов физического воспитания при организации занятий фитнесом и массовым спортом (ПК-1 (индикаторы – 1, 2, 3));
- разработки и проведения индивидуальных фитнес-программ для различных групп населения, в том числе с указанием частоты, интенсивности, продолжительности, вида и структуры занятия, включая использование передовых фитнес-технологий и принципа периодизации по фазам фитнес-тренировок (ПК-3 (индикаторы – 1, 2, 3)).

4. Объём и содержание дисциплины

Объём дисциплины составляет 3 зачётные единицы (81 час.)
Контактная работа 40,83 час.
Самостоятельная работа 40,17 час.
Практическая подготовка 27 час.

Виды учебных занятий и формы промежуточной аттестации	7 сем.	
	Контактная работа с преподавателем	Самостоятельная работа обучающегося
Лекции	19,5	15
Практические занятия	19,5	
Групповые консультации перед экзаменом	1,5	-
Экзамен	0,33	25,17
Всего	40,83	40,17

4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и объемом учебных занятий

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Семестр	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и объем (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа обучающегося	
1	Организационные основы адаптивного спорта	7	1,5	1,5	1,5	Контрольная работа, тест
2	История адаптивного спорта	7	3	3	1,5	Контрольная работа, тест
3	Методические аспекты адаптивного спорта	7	3	3	1,5	Контрольная работа, тест
4	Классификация основных направлений развития адаптивного спорта. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом	7	3	3	1,5	Контрольная работа, тест
5	Паралимпийское движение – основное направление развития адаптивного спорта	7	ЗПП	ЗПП	ЗПП	Контрольная работа, тест
6	Спортивная тренировка в паралимпийских видах спорта.	7	ЗПП	ЗПП	ЗПП	Контрольная работа, тест

7	Проблемы, решения и перспективы паралимпийского движения России.	7	ЗПП	ЗПП	ЗПП	Контрольная работа, тест
ИТОГО			19,5	19,5	15	Экзамен

4.2. Развернутое описание содержания учебного материала по разделам (темам)

Тема: Организационные основы адаптивного спорта.

Отличительные черты адаптивного спорта. Основные направления адаптивного спорта: паралимпийское, специальное олимпийское, спортивные движения глухих. Конкретизация цели и задач адаптивного спорта. Конкретизация функций и принципов адаптивного спорта. Обучение двигательным действиям в адаптивном спорте. Теоретическая концепция обучения и совершенствования двигательных действий с установкой на минимизацию двигательных ошибок.

Тема: История адаптивного спорта.

Становление и развитие адаптивного спорта за рубежом. Становление и развитие адаптивного спорта в нашей стране. Становление и развитие адаптивного спорта для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата. Становление и развитие адаптивного спорта для лиц с нарушением слуха. Становление и развитие адаптивного спорта для лиц с нарушением зрения. Становление и развитие адаптивного спорта для лиц с нарушением интеллекта. История Паралимпийского движения. История Сурдлимпийского движения. История Специального Олимпийского движения.

Тема: Методические аспекты адаптивного спорта.

Развитие физических способностей в адаптивном спорте. Основные закономерности развития физических способностей. Принципы развития физических способностей. Развитие силовых способностей. Развитие скоростных способностей. Развитие выносливости. Развитие гибкости. Развитие координационных способностей. Развитие координационных способностей детей с нарушением речи, слуха, зрения и интеллекта. Физическая помощь и страховка. Классификация приемов физической помощи и страховки. Формирование эталонной ориентировочной основы действия в адаптивном спорте.

Тема: Классификация основных направлений развития адаптивного спорта. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.

Основные направления адаптивного спорта. (Основные направления адаптивного спорта: паралимпийское, специальное олимпийское, спортивные движения глухих). Традиционная модель соревновательной деятельности (Календарь соревнований, организация соревнований и спортивных праздников).Нетрадиционная модель соревновательной деятельности. Виды адаптивного спорта с традиционной моделью соревновательной деятельности. Виды адаптивного спорта с нетрадиционной моделью соревновательной деятельности. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом. Принципы классификации в адаптивном спорте. Виды классификаций. Система организации и проведения классификаций лиц, занимающихся адаптивным спортом. Основные группы лиц, занимающиеся адаптивным спортом.

Тема: Паралимпийское движение – основное направление развития адаптивного спорта.

Факторы, определяющие ведущие положения паралимпийского движения в мире. Классификация спортсменов в паралимпийском спорте.

Тема: Спортивная тренировка в паралимпийских видах спорта.

Цели, задачи, принципы спортивной тренировки в паралимпийском движении. Виды подготовки спортсменов-паралимпийцев. Построение спортивной тренировки спортсменов. Система научно- методического обеспечения подготовки паралимпийских команд России по плаванию и легкой атлетике. Система научно-методического обеспечения подготовки паралимпийских команд России по дзюдо, лыжным гонкам и биатлону.

Тема: Проблемы, решения и перспективы паралимпийского движения России.

Основные тенденции развития паралимпийского спорта. Проблемы Развития паралимпийского плавания в России. Применение метода стабилометрии в паралимпийском спорте. Предложения по созданию в России службы медицинских классификаторов. Специальное Олимпийское движение как ведущее нетрадиционное направление развития адаптивного спорта. Основная программа Специальной Олимпиады – организация тренировок и соревнований лиц с нарушением интеллекта. Программа «Объединенный спорт!» Общие положения. Программа «Специальная олимпиада – присоединяйтесь!» Программа тренировки двигательной активности лиц с тяжелыми умственными поражениями. (Особенности средств, методов, организационных форм спортивно-адаптивной тренировки инвалидов различного возраста и различных нозологических групп) Профессионально – ориентированные виды адаптивного спорта. Основные положения Универсиады студентов АФК. Волейбол сидя. Питер баскет. Хоккей на полу. Бег с лидером.

5. Образовательные технологии, в том числе перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

В процессе изучения дисциплины «Адаптивный спорт» предусматривается использование следующих образовательных технологий, методов обучения и инновационных форм учебных занятий: технологии проблемного обучения; рейтинговой технологии; технологии коллективного способа обучения.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: мультимедиа технологии.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа студентов является важной составляющей организации учебного процесса по изучению дисциплины «Адаптивный спорт».

Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине осуществляется в следующих формах:

-изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции);

-изучение рекомендуемой научно-методической литературы;

-написание контрольных работ;

-работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Internet;

-подготовка к зачету.

Доступ к методическим материалам осуществляется через сайт Шуйского филиала ИвГУ, в том числе через ЭБС Шуйского филиала ИвГУ на платформе «Руконт».

При самостоятельном изучении тем, указанных в таблице 4.1, рекомендуется обязательное использование дополнительной литературы, которая поможет успешнее и быстрее разобраться в поставленных вопросах и задачах.

Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов приводится в приложении 1 к настоящей программе.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине

Критерием оценки уровня сформированности компетенций в рамках дисциплины «Адаптивный спорт» является балльно-рейтинговая система. В ходе изучения дисциплины предусматриваются текущий контроль и промежуточная аттестация. Цель текущего контроля – оценка результатов работы в семестре. Общий балл текущего контроля складывается из следующих оценочных средств:

семестр	Оценочное средство	баллы
1	Посещение занятий	0-18
1	Выполнение программы и активность на занятиях	0-27
1	Написание реферата	0-25
1	Тестовые задания (письменное тестирование)	0-40
Итого		0-100

Студент может получить премиальные баллы: за написание статей по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту в сборниках или в СМИ – 3 балла; участие в научных конференциях с выступлением – 3 балла; участие в научных конференциях без выступления – 1 балл; изготовление стендовых материалов и наглядных пособий – 2 балла, но не более 15 баллов в каждом семестре.

Максимальная сумма баллов, которая может быть учтена в индивидуальном рейтинге обучающегося в семестре по дисциплине, не может превышать 100 баллов (включая бонусные баллы).

Целью промежуточной аттестации по дисциплине является оценка качества освоения дисциплины обучающимися. Промежуточная аттестация представляет собой итоговую оценку знаний по дисциплине в виде проведения экзамена. Экзамен проводится в форме письменного тестирования (15 баллов) и собеседования (15 баллов)

Пороговый уровень сформированности компетенций определяется по выполнению всех видов оценочных заданий:

Контрольное тестирование – не менее 50% правильных ответов.

При устном ответе на экзамене основная информация воспроизводится с нарушением логической последовательности её представления, имеются пробелы в знаниях, отсутствует аргументация излагаемого материала, студент не умеет использовать примеры из практики, отсутствие научной терминологии, искажает факты.

Базовый уровень сформированности компетенций отвечает следующим требованиям

Контрольное тестирование – не менее 75% правильных ответов.

При устном ответе на экзамене понимание сущности обсуждаемой темы, вопроса, логичность изложения, использование научной терминологии с возможными незначительными ошибками.

Повышенный уровень сформированности компетенций

Контрольное тестирование – не менее 95% правильных ответов.

При устном ответе на экзамене понимание сущности обсуждаемой темы, вопроса, логичность изложения, использование научной терминологии, использование примеров из практики или своего личного опыта, использование научной терминологии.

Оценка результатов освоения дисциплины при рейтинговой системе оценивания формируется по 100-балльной шкале из результатов текущего контроля успеваемости и результатов, полученных на экзамене.

Оценка на экзамене выставляется по следующей шкале:

Шкала оценки результатов освоения дисциплины «Адаптивный спорт» при рейтинговой системе оценивания

Повышенный уровень	Базовый уровень	Пороговый уровень	Ниже порогового уровня
отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
85-100 баллов	71-84 балла	61-70 баллов	60 и менее баллов

Фонд оценочных средств по дисциплине «Адаптивный спорт» в полном объёме представлен в Приложении 2 к рабочей программе.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Учебная и учебно-методическая литература:

- основная литература:

1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник / С.П. Евсеев. – Москва : Спорт, 2016. – 616 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454238
2. Минникаева, Н. В. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие / Н.В. Минникаева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 142 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278495

- дополнительная литература:

1. Веневцев, С. И. Адаптивный спорт для лиц с нарушениями интеллекта : методическое пособие / С. И. Веневцев. - Москва : Советский спорт, 2004. - 92 с.
2. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура : учебное пособие / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. - М.: Советский спорт, 2000. - 240 с. : ил.
3. Махов, А. С. Адаптивный спорт в России и за рубежом: становление, организация, регулирование : монография / А. С. Махов. - Москва : РУДН, 2011. - 196 с.
4. Махов, А. С. Теория и практика управления развитием адаптивного спорта в России : монография / А. С. Махов ; Министерство образования и науки РФ; Шуйский филиал ФГБОУ ВПО "ИвГУ". - Шуя : Изд-во Шуйского филиала ФГБОУ ВПО "ИвГУ", 2013. - 188 с.
5. Ростомашвили, Л. Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития : учебное пособие : [16+] / Л. Н. Ростомашвили. – 2-е изд., стер. – Москва : Спорт, 2020. – 164 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=695535. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-907225-11-4. – Текст : электронный.
6. Синельникова, Т.В. Адаптивная физическая культура для лиц с нарушением интеллектуального развития : учебное пособие / Т.В. Синельникова, Л.В. Харченко ; Министерство образования и науки РФ, Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск : ОмГУ им. Ф.М. Достоевского, 2018. – 120 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563136
7. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник для вузов. Т. 1 : Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / под ред. С. П. Евсеева. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Советский спорт,

2005. - 292 с.
8. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник : в 2-х т. Т. 2 : Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / под ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2005. - 448 с.
9. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учебник / авт.-сост. О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев ; под общ. ред. С.П. Евсеева. – Москва : Спорт, 2016. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367
10. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие : в 2 частях : [16+] / сост. Е. С. Стоцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – Часть 2. Частные методики адаптивной физической культуры у детей с поражением опорно-двигательного аппарата, детей со сложными нарушениями, лиц пожилого возраста. – 245 с. : схем., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690229. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-151-6. – Текст : электронный.

Интернет-ресурсы:
1. http://minsport.gov.ru – Министерство спорта Российской Федерации. Официальный сайт;
2. http://www.paralymp.ru – Паралимпийский Комитет России. Официальный сайт;
3. http://ru.wikipedia.orq/wiki – Википедия - свободная энциклопедия;
4. http://www.olympic.ru – Олимпийский Комитет России. Официальный сайт;
5. http://www.ivsportcom.com – Департамент спорта и туризма Ивановской области;

Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:
1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» - http://www.biblioclub.ru/;
2. Национальный цифровой ресурс Руконт - межотраслевая электронная библиотека на базе технологии Контекстум - http://www.rucont.ru/;
3. Научная Электронная Библиотека eLIBRARY - http://www.elibrary.ru;
4. Электронная библиотека диссертаций РГБ - http://diss.rsl.ru/;
5. Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" (ИС "Единое окно") - http://window.edu.ru/window/library;
6. КонсультантПлюс - http://www.consultant.ru/;
7. Портал общероссийской системы оценки качества образования - http://www.osoko.edu.ru/;
8. Методическое хранилище Ивановского института развития образования - http://www.iroio.ru/;
9. Словари и энциклопедии на Академике - https://dic.academic.ru/;

Программное обеспечение:

В процессе изучения дисциплины «Адаптивный спорт» используются офисные пакеты Microsoft Office, Open Office, программа для просмотра и чтения файлов PDF Adobe Acrobat Reader DC, программа для воспроизведения флэш-анимации в браузерах Adobe Flash Player, вэб-обозреватели Google Chrome, Opera, Антивирус Касперского, 1С университет.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории.

2. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

3. Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

4. Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

5. Помещение для самостоятельной работы, оснащенное специализированной мебелью, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

6. Учебно-наглядные пособия для занятий лекционного типа, обеспечивающие тематические иллюстрации: электронные презентации; видеоматериалы.

Автор рабочей программы дисциплины: Е.А. Осокина, доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры, кандидат педагогических наук.

Программа рассмотрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и адаптивной физической культуры
«20» февраля 2025 г., протокол № 6

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № __ от «___» _____20__ г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ Н.Е. Хромцов
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № ___ от «____» _____20____ г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ Н.Е. Хромцов
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _____ от «_____» _____20 __ г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ Н.Е. Хромцов
(подпись)

Приложение 1

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины «Адаптивный спорт»

ТЕМЫ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

Семинарское занятие №1.

Тема: Организационные основы адаптивного спорта.

1) Отличительные черты адаптивного спорта. (Основные направления адаптивного спорта: паралимпийское, специальное олимпийское, спортивные движения глухих);

2) Конкретизация цели и задач адаптивного спорта. Конкретизация функций и принципов адаптивного спорта.

3) Обучение двигательным действиям в адаптивном спорте.

4) Теоретическая концепция обучения и совершенствования двигательных действий с установкой на минимизацию двигательных ошибок.

5) Основные направления адаптивного спорта: паралимпийское, специальное олимпийское, спортивные движения глухих.

Семинарское занятие №2.

Тема: История адаптивного спорта.

1) Становление и развитие адаптивного спорта за рубежом.

2) Становление и развитие адаптивного спорта в нашей стране.

3) Становление и развитие адаптивного спорта для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата.

4) Становление и развитие адаптивного спорта для лиц с нарушением слуха.

5) Становление и развитие адаптивного спорта для лиц с нарушением зрения.

6) Становление и развитие адаптивного спорта для лиц с нарушением интеллекта.

7) История Паралимпийского движения. История Сурдлимпийского движения.

8) История Специального Олимпийского движения.

Семинарское занятие №3.

Тема: Методические аспекты адаптивного спорта.

1) Развитие физических способностей в адаптивном спорте.

2) Основные закономерности развития физических способностей.

3) Принципы развития физических способностей.

4) Развитие силовых способностей. Развитие скоростных способностей.

5) Развитие выносливости. Развитие гибкости. Развитие координационных способностей.

6) Развитие координационных способностей детей с нарушением речи, слуха, зрения и интеллекта. Физическая помощь и страховка.

7) Классификация приемов физической помощи и страховки.

8) Формирование эталонной ориентировочной основы действия в адаптивном спорте.

Семинарское занятие №4.

Тема: Классификация основных направлений развития адаптивного спорта.

1)Основные направления адаптивного спорта: паралимпийское, специальное олимпийское, спортивные движения глухих.

2) Традиционная модель соревновательной деятельности (Календарь соревнований, организация соревнований и спортивных праздников);
3)Нетрадиционная модель соревновательной деятельности;
4)Виды адаптивного спорта с традиционной моделью соревновательной деятельности.
5)Виды адаптивного спорта с нетрадиционной моделью соревновательной деятельности.

Семинарское занятие №5.

Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.

1) Принципы классификации в адаптивном спорте;
2) Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.
3) Виды классификаций.
4) Система организации и проведения классификаций лиц, занимающихся адаптивным спортом.
5) Основные группы лиц, занимающиеся адаптивным спортом.

Семинарское занятие №6

Тема: Паралимпийское движение – основное направление развития адаптивного спорта.

1) Факторы, определяющие ведущие положения паралимпийского движения в мире.
2) Классификация спортсменов в паралимпийском спорте.

Семинарское занятие №7.

Тема: Спортивная тренировка в паралимпийских видах спорта.

1) Цели, задачи, принципы спортивной тренировки в паралимпийском движении.
2) Виды подготовки спортсменов- паралимпийцев.
3) Построение спортивной тренировки спортсменов.
4) Система научно- методического обеспечения подготовки паралимпийских команд России по плаванию и легкой атлетике.
5) Система научно-методического обеспечения подготовки паралимпийских команд России по дзюдо, лыжным гонкам и биатлону.

Семинарское занятие №8.

Тема: Проблемы, решения и перспективы паралимпийского движения России.

1) Основные тенденции развития паралимпийского спорта.
2) Проблемы Развития паралимпийского плавания в России.
3) Применение метода стабилометрии в паралимпийском спорте.
4) Предложения по созданию в России службы медицинских классификаторов.

Семинарское занятие №9.

Специальное олимпийское движение.

1) Специальное Олимпийское движение как ведущее нетрадиционное направление развития адаптивного спорта.
2) Основная программа Специальной Олимпиады – организация тренировок и соревнований лиц с нарушением интеллекта.
3) Программа "Объединенный спорт!". Общие положения. Программа "Специальная олимпиада – присоединяйтесь!".
4) Программа тренировки двигательной активности лиц с тяжелыми умственными

поражениями. (Особенности средств, методов, организационных форм спортивно-адаптивной тренировки инвалидов различного возраста и различных нозологических групп);

5) Профессионально – ориентированные виды адаптивного спорта.

6) Основные положения Универсиады студентов АФК.

Требования по написанию реферата

Структура:

- титульный лист;
- оглавление с указанием глав, параграфов, страниц;
- введение;
- основная часть (разбитая на главы и параграфы);
- заключение;
- список литературы;
- приложения (если есть).

1. Общий объем 10-50 страниц машинописного текста.
2. Тема должна соответствовать критериям:
- грамотность с литературной точки зрения;
- четкость рамок исследуемой проблемы;
- сочетание емкости и лаконичности формулировок.
3. Оглавление (план, содержание), в котором указаны названия всех разделов (параграфов, пунктов) и номера страниц, указывающие начало этих разделов в тексте
4. Вводная часть должна включать в себя:
- обоснование актуальности темы с позиции научной значимости (малая изученность вопроса, его спорность, дискуссионность и прочее), либо современной востребованности; постановку целей и формирование задач, которые требуется решить для выполнения цели; краткий обзор и анализ источников, изучения литературы и прочих источников информации.
6. Основная часть структурируется по главам и параграфам. Подбор ее должен быть направлен на рассмотрение и раскрытие основных положений выбранной темы. Содержать собственное мнение, опирающееся на приведенные факты.
7. В тексте обязательны ссылки на первоисточники
8. Заключительная часть состоит из подведения итогов выполненной работы, краткого и четкого изложения выводов, анализа степени выполнения поставленных задач.
9. Список литературы оформляется в алфавитном порядке, в него включается весь перечень изученных, студентом в процессе написания реферата, источников научно-методической литературы и оформляется согласно действующим требованиям.
10. После списка литературы следуют приложения. Каждое приложение нумеруется и оформляется с нового листа.

Оформление:

1. Реферат должен быть представлен в сброшюрованном виде. Оформление производится в соответствии с требованиями, предъявляемыми к его структуре. Каждая часть начинается с новой страницы.
2. Каждая страница нумеруется в середине нижней строки. Счет-нумерация ведется с титульного листа, на котором цифры не проставляются. Поля слева - 3см, справа – 1,5см, снизу и сверху – 2см. Шрифт: размер (кегль) – 14. Тип шрифта – Times New Roman. Выравнивание – по ширине. Межстрочный интервал – 1,5.

3. Талицы, схемы, графики, имеющиеся в тексте, нумеруются в отдельности. Они должны иметь названия и ссылку на источник данных.
4. В тексте не допускается сокращение названий, наименований (за исключением общепринятых в физической культуре аббревиатур).
5. Титульный лист оформляется следующим образом: вверху в центре – название учебного заведения, ниже название кафедры, по центру – название темы реферата, ниже темы справа – фамилия, имя, отчество студента, факультет, курс, группа, а так же фамилия и инициалы преподавателя, внизу по центру – город и год написания.

Темы реферата

1) Отличительные черты адаптивного спорта. (Основные направления адаптивного спорта: паралимпийское, специальное олимпийское, спортивные движения глухих);

2) Конкретизация цели и задач адаптивного спорта. Конкретизация функций и принципов адаптивного спорта.

3) Обучение двигательным действиям в адаптивном спорте.

4) Теоретическая концепция обучения и совершенствования двигательных действий с установкой на минимизацию двигательных ошибок.

5) Основные направления адаптивного спорта: паралимпийское, специальное олимпийское, спортивные движения глухих.

6) Становление и развитие адаптивного спорта за рубежом и в России.

7) Становление и развитие адаптивного спорта для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата.

8) Становление и развитие адаптивного спорта для лиц с нарушением слуха.

9) Становление и развитие адаптивного спорта для лиц с нарушением зрения.

10) Становление и развитие адаптивного спорта для лиц с нарушением интеллекта.

11) История Паралимпийского движения. История Сурдлимпийского движения.

12) История Специального Олимпийского движения.

13) Развитие физических способностей в адаптивном спорте.

14) Развитие координационных способностей детей с нарушением речи, слуха, зрения и интеллекта. Физическая помощь и страховка.

15) Основные направления адаптивного спорта: паралимпийское, специальное олимпийское, спортивные движения глухих.

16) Традиционная модель соревновательной деятельности (Календарь соревнований, организация соревнований и спортивных праздников);

17) Нетрадиционная модель соревновательной деятельности;

18) Виды адаптивного спорта с традиционной моделью соревновательной деятельности.

19) Виды адаптивного спорта с нетрадиционной моделью соревновательной деятельности.

20) Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.

21) Факторы, определяющие ведущие положения паралимпийского движения в мире.

22) Классификация спортсменов в паралимпийском спорте.

23) Система научно- методического обеспечения подготовки паралимпийских команд России по плаванию и легкой атлетике.

24) Система научно-методического обеспечения подготовки паралимпийских команд России по дзюдо, лыжным гонкам и биатлону.

25) Основные тенденции развития паралимпийского спорта.

26) Специальное Олимпийское движение как ведущее нетрадиционное направление развития адаптивного спорта.

27) Основная программа Специальной Олимпиады – организация тренировок и соревнований лиц с нарушением интеллекта.

28) Программа "Объединенный спорт!". Общие положения. Программа "Специальная олимпиада – присоединяйтесь!".

29) Программа тренировки двигательной активности лиц с тяжелыми умственными поражениями. (Особенности средств, методов, организационных форм спортивно-адаптивной тренировки инвалидов различного возраста и различных нозологических групп);

30) Основные положения Универсиады студентов АФК.