Основная профессиональная образовательная программа
Физическая реабилитация
по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура
для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)

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

_____ Е.В. Перевозчикова
(подпись)

«20» февраля 2025 г.

Рабочая программа дисциплины
АДАПТИВНЫЙ СПОРТ

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль) образовательной программы:	Физическая реабилитация

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 обязательной части блока дисциплин Б1.

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности обучающихся к освоению дисциплин: юнифайд-спорт; психология болезни и инвалидности; возрастная психопатология и психоконсультирование; подготовке к сдаче и сдаче государственного экзамена, выполнению и защите выпускной квалификационной работы.

Студент, приступающий к изучению дисциплины, должен:

Знать:

- терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения;
- 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:

- разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера;
- 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.
- 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;

- 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.

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:

–

б) общепрофессиональные компетенции (ОПК) и индикаторы их достижения:

Наименование категории (группы) общепрофессиональной компетенций	Код и наименование универсальной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Воспитание	ОПК-6. Способен формировать осознанное отношение к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться	ОПК-6.1. Знает: социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта; место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта; цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры; социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества; составляющие здорового образа жизни и факторы их определяющие; основы организации здорового образа жизни; закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды; влияние физических упражнений на показатели

		физического развития и биологического возраста детей и подростков; механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации; санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта; гигиенические средства восстановления; гигиенические принципы закаливания; - методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах; значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности; понятие «пищевой статус». ОПК-6.2. Умеет: использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья; планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности,

		климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов; - устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий; составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания; проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни; проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена; применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью; формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих. ОПК-6.3. Имеет опыт: обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и

		спорта; применения методик оценки физического развития детей и подростков; использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности
Профилактика	ОПК-11. Способен проводить работу по предотвращению применения допинга в адаптивном спорте	ОПК-11.1. Знает: международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; международные антидопинговые правила и стандарты; антидопинговое законодательство Российской Федерации; современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; международные этические нормы в области противодействия применению допинга; планы антидопинговых мероприятий. ОПК-11.2. Умеет: определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ; осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории; планировать свою работу и работу специалистов по антидопинговому обеспечению; выбирать антидопинговые программы в зависимости от целевой аудитории, учитывая квалификационные, возрастные особенности, нозологию в паралимпийском, сурдлимпийском спорте; выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам; представлять информационные материалы по информационным антидопинговым

		программам; изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ; оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга. ОПК-11.3. Имеет опыт: выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в области противодействия применению допинга в спорте; выбора целевой аудитории для реализации информационных и

		профилактических антидопинговых программ; анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- социальную роль, структуру и функции физической культуры и спорта (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- социальную значимость профессии в сфере физической культуры, национальные интересы, ценность труда и служения на благо Отечества (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- составляющие здорового образа жизни и факторы, их определяющие (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- основы организации здорового образа жизни (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- влияние физических упражнений на показатели физического развития и биологического возраста детей и подростков (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- гигиенические средства восстановления (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- гигиенические принципы закаливания (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- методические основы рациональной организации питания, в том числе при занятиях физической культурой и спортом, особенностей питания в тренировочном, предстартовом, соревновательном и восстановительном периодах (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- значения и особенности приёма витаминно-минеральных комплексов и биологически активных добавок в физкультурно-спортивной деятельности (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));
- современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий (ОПК-11 (индикаторы – 1, 2, 3));
- содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий (ОПК-11 (индикаторы – 1, 2, 3));
- планы антидопинговых мероприятий (ОПК-11 (индикаторы – 1, 2, 3)).

Уметь:

- использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));
- определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));
- планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических основ физкультурной деятельности, климатических, особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));
- использовать освоенные методики для реализации оздоровительной эффективности физических упражнений, сохранения и укрепления здоровья, повышения работоспособности различных контингентов населения, достижения высоких спортивных результатов (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));
- устанавливать тренировочный режим с учётом возрастных гигиенических нормативов по режиму сна, питания, учебных занятий (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));
- составлять и анализировать суточный и недельный рационы питания (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));
- проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));
- рассказывать в доступной и увлекательной форме о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));
- проводить собеседование, оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));
- применять общие (классические) психологические рекомендации по общению, оптимизации психических состояний, самооценки, поддержанию мотивации и др. у занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ (ОПК-11 (индикаторы – 1, 2, 3));
- осуществлять наглядную демонстрацию антидопинговой программы с учетом целевой аудитории (ОПК-11 (индикаторы – 1, 2, 3));

-выбирать инструкции и рекомендации по антидопинговым программам (ОПК-11 (индикаторы – 1, 2, 3));

- представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам (ОПК-11 (индикаторы – 1, 2, 3));

- оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга (ОПК-11 (индикаторы – 1, 2, 3));

-изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ (ОПК-11 (индикаторы – 1, 2, 3));

- разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга (ОПК-11 (индикаторы – 1, 2, 3)).

Иметь опыт:

- обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- применения методик оценки физического развития детей и подростков (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- использования простейших функциональных тестов для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- владения методикой расчета суточных энергозатрат и энергоемкости пищи, методикой составления меню-раскладки (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- 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 (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- проведения теоретических занятий и бесед о содержании и значении спортивной этики, недопустимости использования допинга, скрытых и явных нарушений спортивных правил, участия в договорных играх (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- совместного со спортсменами просмотра и обсуждения кино- и видеоматериалов, в том числе трансляций спортивных соревнований, обучающих и научно-популярных фильмов (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- организации встреч, обучающихся с известными спортсменами (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- использования приемов агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом (ОПК-6 (индикаторы – 1, 2, 3));

- выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия (ОПК-11 (индикаторы – 1, 2, 3));

- проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц (ОПК-11 (индикаторы – 1, 2, 3));

- выбора целевой аудитории для реализации информационных и профилактических антидопинговых программ (ОПК-11 (индикаторы – 1, 2, 3));

4. Объём и содержание дисциплины

Очная форма обучения

Объём дисциплины составляет 2 зачётные единицы (54 час.)

Контактная работа 39,25 час.

Самостоятельная работа 14,75 час.

Виды учебных занятий и формы промежуточной аттестации	7 сем.	
	Контактная работа с преподавателем	Самостоятельная работа обучающегося
Лекции	19,5	14,75
Практические занятия	19,5	
Зачет	0,25	
Всего	39,25	14,75

Заочная форма обучения

Объём дисциплины составляет 2 зачётных единицы (54 час.)
Контактная работа 6,25 час.
Самостоятельная работа 47,75 час.

Виды учебных занятий и формы промежуточной аттестации	3 курс	
	Контактная работа с преподавателем	Самостоятельная работа обучающегося
Лекции	3	45
Практические занятия	3	
Зачет, контрольная работа	0,25	2,75
Всего	6,25	47,75

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

Очная форма обучения

№ 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	Адаптивного спорта. Цели, задачи, функции и принципы	7	1,5	1,5	4,5	Контрольная работа, тест
2	История адаптивного спорта	7	1,5	1,5	4,5	Контрольная работа, тест
3	Средства и методы в	7	3	3	6	Контрольная

	адаптивном спорте					работа, тест
4	Классификация основных направлений развития адаптивного спорта. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом	7	4,5	4,5	6	Контрольная работа, тест
5	Паралимпийское движение – основное направление развития адаптивного спорта	7	3	3	6	Контрольная работа, тест
6	Спортивная тренировка в паралимпийских видах спорта.	7	3	3	6	Контрольная работа, тест
7	Проблемы, решения и перспективы паралимпийского движения России.	7	1,5	1,5	6	Контрольная работа, тест
8	Особенности методики развития двигательных способностей у инвалидов	7	1,5	1,5	5,75	
ИТОГО			19,5	19,5	14,75	зачет

Заочная форма обучения

№ п/п	**Раздел (тема) дисциплины**	**Курс**	**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	Адаптивного спорта. Цели, задачи, функции и принципы	3			11	
2	Методические аспекты адаптивного спорта	3			11	
3	Классификация основных направлений развития адаптивного спорта. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом	3	1,5	1,5	11	
4	Паралимпийское движение – основное направление развития адаптивного спорта	3	1,5	1,5	11	

5	Спортивная тренировка в паралимпийских видах спорта.	3			11	
6	Проблемы, решения и перспективы паралимпийского движения России.	3			13,25	
ИТОГО			3	3	45	Зачет, контрольная работа

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

Тема: Адаптивного спорта. Цели, задачи, функции и принципы

Адаптивный спорт, цели, задачи, функции. Отличительные черты адаптивного спорта. Основные направления адаптивного спорта: паралимпийское, специальное олимпийское, спортивные движения глухих.

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.

Тема: **Особенности методики развития двигательных способностей у инвалидов**

Совершенствование двигательных способностей у спортсменов с различными видами инвалидности. . Индивидуальный подход в развитии двигательных способностей у лиц с инвалидностью.. Нормирование физических нагрузок. . Физическая работоспособность и спортивная форма спортсмена с инвалидностью. Методики развития двигательных способностей у лиц с различными видами инвалидности.

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

Очная форма обучения

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 контрольной работы	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 промежуточных аттестаций по дисциплине является оценка качества освоения дисциплины обучающимися. Промежуточная аттестация представляет собой итоговую оценку знаний по дисциплине, в виде проведения зачета. Зачет проводится в форме письменного тестирования и собеседования.

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

Контрольное тестирование не менее 50% правильных ответов. Написание контрольной работы частично соответствует требованиям (отсутствие оригинальности; отсутствие схем, рисунков; спортивная терминология используется частично; организационно-методические указания в конспекте присутствуют частично.).

При устном ответе на зачете 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 компетенции отвечает следующим требованиям

Контрольное тестирование не менее 75% правильных ответов. Соответствие требованиям написания контрольной работы (использование спортивной терминологии; правильное дозирование нагрузки; организационно-методические указания в конспекте к каждому заданию и упражнению; записи краткие, но достаточно полные; прилагаются рисунки, схемы; аккуратность оформления.)

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

Повышенный уровень сформированности компетенции

Контрольное тестирование не менее 95% правильных ответов. Полное соответствие контрольной работы требованиям написания (соответствие средств поставленным задачам; оригинальность подобранных средств; логичное изложение содержания занятия; использование спортивной терминологии; правильное дозирование нагрузки; организационно-методические указания в конспекте к каждому заданию и упражнению; записи краткие, но достаточно полные; прилагаются рисунки, схемы; аккуратность оформления).

При устном ответе на зачете 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 зачёте.

Оценка на зачёте выставляется по следующей шкале:

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

Повышенный уровень	Базовый уровень	Пороговый уровень	Ниже порогового уровня
зачтено	зачтено	зачтено	не зачтено
85-100 баллов	71-84 балла	61-70 баллов	60 и менее баллов

Заочная форма обучения

Целью промежуточных аттестаций по дисциплине является оценка качества освоения дисциплины обучающимися. Промежуточная аттестация представляет собой итоговую оценку знаний по дисциплине в виде проведения зачета в форме письменного тестирования.

Формой промежуточной аттестации по дисциплине является зачет, проводимый в форме письменного тестирования и написания реферата.

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

Письменное тестирование не менее 50% правильных ответов. Написание контрольной работы частично соответствует требованиям (отсутствие оригинальности; отсутствие схем,

рисунков; спортивная терминология используется частично; организационно-методические указания в конспекте присутствуют частично.).

Базовый уровень сформированности компетенции отвечает следующим требованиям

Письменное тестирование не менее 75% правильных ответов. Соответствие требованиям написание контрольной работы (использование спортивной терминологии; прилагаются рисунки, схемы; аккуратность оформления.)

Повышенный уровень сформированности компетенции

Контрольное тестирование не менее 95% правильных ответов. Полное соответствие контрольной работы требованиям написания (соответствие средств поставленным задачам; оригинальность подобранных средств; логичное изложение содержания занятия; использование спортивной терминологии; прилагаются рисунки, схемы; аккуратность оформления).

Оценка на зачете выставляется по следующей шкале:

Шкала оценки результатов освоения дисциплины
«Физическая культура и спорт»

Повышенный уровень	Базовый уровень	Пороговый уровень	Ниже порогового уровня
зачтено	зачтено	зачтено	не зачтено
26 – 30 баллов	21 - 25 баллов	17 – 20 баллов	менее 17 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. Брискин, Ю. А. Адаптивный спорт : учебное пособие / Ю.А. Брискин, С.П. Евсеев, А.В. Передерий. – Москва : Советский спорт, 2010. – 316 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210376
2. 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
3. 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. Сапего, А. В. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие / А.В. Сапего, О.Л. Тарасова, И.А. Полковников ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет». – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. – 228 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278924
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. Шапкова, Л. В. Средства адаптивной физической культуры : методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии / Л. В. Шапкова ; под ред. С. П. Евсеева. - Москва : Советский спорт, 2001. - 152 с.

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 текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

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

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

Основная профессиональная образовательная программа
Физическая реабилитация
по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура
для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)

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
«25» апреля 2019 г., протокол № 8

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 8 от «27» февраля 2020 г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ Е.В. Перевозчикова
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 11 от «11» июня 2021 г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ Е.В. Перевозчикова
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 6 от «21» января 2022 г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ Е.В. Перевозчикова
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 9 от «29» июня 2023 г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ Е.В. Перевозчикова
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 6 от «20» февраля 2025 г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ Е.В. Перевозчикова
(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, №3

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 №4 №5

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 №6, №7

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 №8.

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 №9

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 №10.

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 №11.

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 №12,№13

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 контрольной работы

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. Контрольная работа должена 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 контрольных работ

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) Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.

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

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

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

23) Основные тенденции развития паралимпийского спорта.

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