

ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И.А. БУНИНА

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор института физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности
/Шахов А.А./

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.01.12 Адаптивный спорт

Направление подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт

Квалификация (степень): бакалавр

Форма обучения: очная

Институт: физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Кафедра: теории и методики физического воспитания

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс	4		
Семестр/триместр	7,8		

Лекции	76		
Лабораторные занятия			
Практические (семинарские) занятия	88		
Консультации			
Форма промежуточной аттестации	Экзамен – 0,6		
Контроль	18		
Иные формы работы			
Самостоятельная работа	105,4		

Всего часов: 288

Трудоемкость: 8 зачетных единицы.

Разработчик(и) рабочей программы:
старший преподаватель Г.В.Батуркина

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель изучения дисциплины:

Освоение основ фундаментальных знаний в области адаптивного спорта. Формулировать обучающимися задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические, оздоровительные, образовательные, воспитательные и др.), подбирать соответствующие средства и методы их решения, регулировать психофизическую нагрузку в процессе занятий; разрабатывать современные технологии проведения занятий во всех видах адаптивной физической культуры: адаптивном физическом воспитании, адаптивном спорте, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации; приобщить людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов различных нозологических групп к занятиям адаптивной физической культурой и спортом.

Задачи изучения дисциплины:

- сформировать у обучающихся профессиональное мировоззрение, познавательную активность и интерес к проблемам адаптивного спорта, основанные на личностно-ориентированной аксиологической концепции отношения к инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья;
- обеспечить освоение основ фундаментальных знаний в области теории и организации адаптивного спорта инвалидов, методологических подходов, общих закономерностей данного вида социальной практики.

Место дисциплины в структуре ОПОП: реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений блока Б1. Дисциплины (модули)

Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПКС-2	Знать: <ul style="list-style-type: none">- методологию теории и методики адаптивной физической культуры;- основные идеи и принципы реализации программ развивающего обучения;- особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;- требования, подходы и методические решения в области проектирования и реализации программ развивающего обучения;- методологические подходы, методики и эффективные практики обучения, индивидуального наставничества, повышения эффективности командного взаимодействия, профилактики эмоционального выгорания.	Знает: <ul style="list-style-type: none">- основные этапы и хронологию развития адаптивного спорта в отечественной и зарубежной истории;- основные закономерности применения средств и методов адаптивного спорта;- основные принципы работы с населением в рамках адаптивного спорта;- роль и место адаптивного спорта в общей системе физической культуры.
	Уметь: <ul style="list-style-type: none">- изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллективные и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в	Умеет: <ul style="list-style-type: none">- определять уровень физического состояния;- дифференцированно применять основные средства и методы адаптивного спорта.

	<p>процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - критически оценить достоинства и недостатки программ развивающего обучения; - выбирать и применять адекватные методы развития тех или иных физических и психических качеств с учетом показаний и противопоказаний; - контролировать физическое, функциональное и психическое состояние инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья во время проведения занятия по адаптивной физической культуре. 	
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> -разработкой творческих подходов и методических решений в области проектирования и реализации развивающего обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов, содействующих развитию психических и физических качеств занимающихся, с учетом сенситивных периодов развития их психики и моторики, а также этиологии и патогенеза заболеваний; - планированием и проведением уроков, направленных на развитие физических качеств лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов; - разработкой новых подходов и методических решений в области проектирования программ развивающего обучения; - регулированием физической нагрузки в соответствии с задачами, формой организации адаптивного физического воспитания, характером типичных нарушений функций организма, функциональных возможностей инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья. 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> -методами оценки морфофункциональных особенностей развития индивидуума; - навыками поведения занятий с учётом их состояния здоровья, принадлежности к гендерной и возрастной группе.

II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам. раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
1.	Раздел 1. Общая характеристика адаптивного спорта	60	20	20		20
2.	Тема 1. Организация адаптивного спорта для лиц с отклонениями в состоянии здоровья	10	4	4	-	2
3.	Тема 2. Функции адаптивного спорта	8	2	2	-	4
4.	Тема 3. Принципы адаптивного спорта	12	4	4	-	4
5.	Тема 4. Задачи и средства адаптивного спорта	8	2	2	-	4
6.	Тема 5. Методы адаптивного спорта	12	4	4	-	4
7.	Тема 6. Планирование и комплексный (медико-психолого-педагогический) контроль за состоянием занимающихся	10	4	4	-	2
10.	Раздел 2. Адаптивный спорт для инвалидов	74,7	20	20	-	34,7
11.	Тема 7. Обучение двигательным действиям в адаптивном спорте для инвалидов	30	10	10	-	10
12.	Тема 8. Развитие физических качеств и способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	44,7	10	10	-	24,7
	Контроль	9				
	Итого за 7 семестр	144	40	40		54,7
	Форма отчетности	Экзамен -0,3				
15.	Раздел 3. Классификация основных направлений развития Адаптивного спорта. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.	66,7	16	20		30,7
16.	Тема 1. Основные направления адаптивного	42	10	12		20

	спорта.					
17.	Тема 2. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.	24,7	6	8		10,7
18.	Раздел 4. Проблемы, решения и перспективы паралимпийского движения России.	68	20	28		20
19.	Тема 1. Основные тенденции развития паралимпийского спорта.	18	4	8		6
20.	Тема 2. Специальное Олимпийское движение как ведущее нетрадиционное направление развития адаптивного спорта.	26	8	10		8
21.	Тема 3. Профессионально – ориентированные виды адаптивного спорта	24	8	10		6
22.	Форма отчетности	Экзамен – 0,3				
23.	Итого за 8 семестр	144	36	48		50,7
25..	Контроль	9				
26..	ИТОГО:	288	76	88	-	105,4

Очно-заочная форма обучения

Не реализуется

Заочная форма обучения

Не реализуется

III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Текущая аттестация проводится в форме контрольной работы, теста, реферата, творческого задания, кейса и др.

Типовой вариант контрольной работы (тестовые задания)

1. Задачи в АФК можно разделить на две группы:...

- 1) профилактические и воспитательные
- 2) коррекционные и образовательные
- 3) компенсаторные и оздоровительные
- 4) специфические и общие

2. Приоритетными задачами АФК являются ...

- 1) оздоровительные, образовательные, воспитательные
- 2) развитие физических качеств и способностей занимающихся, закаливание

- 3) профилактика нарушений осанки и плоскостопия
- 4) компенсаторные, коррекционные, профилактические

3. Адаптивное физическое воспитание, как компонент АФК, удовлетворяет потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в ...

- 1) сопоставлении своих способностей со способностями других людей
- 2) его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности
- 3) отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга
- 4) риске, потребности испытать себя в необычных экстремальных условиях

4. Адаптивный спорт, как вид АФК, удовлетворяет потребности личности в...

- 1) творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через искусство
- 2) отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, получении удовольствия
- 3) самоактуализации, максимально возможной самореализации своих способностей
- 4) подготовке ее к жизни, бытовой и трудовой деятельности

5. Адаптивная двигательная рекреация, как компонент АФК, удовлетворяет потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья в...

- 1) его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности
- 2) отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга,
- 3) общении в. риске, напряжении, потребности испытать себя в экстремальных условиях г. сопоставлении своих способностей со способностями других людей

6. Адаптивная физическая реабилитация, как компонент АФК, удовлетворяет потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в...

- 1) отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности
- 2) его подготовке к жизни, в формировании активного отношения к АФК
- 3) лечении, восстановлении у него временно утраченных функций
- 4) риске, потребности испытать себя в необычных экстремальных условиях

7. Креативные телесно-ориентированные практики АФК, как компонент (вид) АФК, удовлетворяют потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в ...

- 1) самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ
- 2) риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в экстриме
- 3) восстановлении временно утраченных функций
- 4) его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности

8. Экстремальные виды двигательной активности, как компонент (вид) АФК, удовлетворяют потребности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в ...

- 1) риске, потребности испытать себя в условиях, опасных для здоровья и жизни
- 2) подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности
- 3) отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, общении
- 4) творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через музыку

9. К нарушению развития всех сторон речи, а в ряде случаев к полному ее отсутствию, приводят ...

- 1) полная или частичная потеря зрения
- 2) недостаточность слуха
- 3) последствия детского церебрального паралича
- 4) ампутация конечностей

10. Наиболее типичными двигательными расстройствами, характерными для всех нозологических групп, являются ...

- 1) вынужденное снижение двигательной активности, сокращение объема и интенсивности двигательной деятельности, снижение энергетических затрат
- 2) ухудшение жизненно необходимых физических качеств: мышечной силы, быстроты, выносливости, ловкости, подвижности в суставах
- 3) нарушение координационных способностей, которые негативно отражаются на качестве движений, необходимых в учебной, трудовой, бытовой деятельности
- 4) низкий уровень развития физических качеств, нарушение координационных способностей, нарушение осанки, деформация стоп, гипокинезия

11. Усложненная форма адаптации, при которой здоровый орган принимает на себя частичное выполнение функций пораженного органа, называется ...

- 1) компенсацией
- 2) реабилитацией
- 3) коррекцией
- 4) стимуляцией

Примерная тематика рефератов

1. Адаптивный спорт как вид адаптивной физической культуры.
2. Развитие физических способностей в Адаптивном спорте. Основные закономерности развития физических способностей.
3. Принципы развития физических способностей.
4. Развитие силовых способностей детей с нарушением речи.
5. Развитие скоростных способностей детей с нарушением речи.
6. Развитие выносливости детей с нарушением речи.
7. Развитие гибкости детей с нарушением речи.
8. Развитие координационных способностей детей с нарушением речи.
9. Развитие координационных способностей детей с нарушением слуха, зрения и интеллекта.
10. Развитие силовых способностей детей с нарушением слуха, зрения и интеллекта.
11. Развитие скоростных способностей детей с нарушением слуха, зрения и интеллекта.
12. Развитие выносливости детей с нарушением слуха, зрения и интеллекта.
13. Развитие гибкости детей с нарушением слуха, зрения и интеллекта.
14. История адаптивного спорта (в России, странах СНГ и дальнего зарубежья)
15. Организация адаптивного спорта (в России, странах СНГ и дальнего зарубежья).
16. Функции адаптивного спорта.
17. Принципы адаптивного спорта.
18. Планирование и комплексный контроль за состоянием занимающихся.
19. Параолимпийское движение: реалии и перспективы развития.
20. История Параолимпийских игр.
21. Российские спортсмены-инвалиды в Параолимпийском движении.
22. Философия Специального Олимпийского движения.
23. История Специального Олимпийского движения.
24. Спортивное движение глухих.
25. История Всемирных (Олимпийских) игр глухих (Тихих игр).
26. Достижения российских спортсменов в крупнейших международных соревнованиях глухих.
27. Виды подготовки спортсменов паралимпийцев.
28. Классификация спортсменов в паралимпийском спорте.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в форме экзамена с использованием следующих оценочных материалов: перечень вопросов к экзамену.

**Вопросы к экзамену
(7,8семестры, очная формаобучения)**

1. Охарактеризуйте понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «реабилитация», «социализация», «образ жизни», «социальная интеграция».
2. Цель и основные задачи адаптивного спорта.
3. Коррекционные задачи — основные задачи адаптивного спорта. Возможности коррекции сенсорных систем, интеллекта, функций опорно-двигательного аппарата, внутренних органов, речи с помощью физических упражнений.
4. Профилактика сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений средствами и методами адаптивной физической культуры. Особенности образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в адаптивной физической культуре.
5. Дайте краткую характеристику основным видам адаптивной физической культуры (адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, адаптивная физическая реабилитация).
6. Отличительные особенности креативных (художественно-музыкальных) видов адаптивной физической культуры.
7. Экстремальные виды адаптивного спорта. Потребности человека, которые они удовлетворяют.
8. Организация адаптивного спорта в России.
9. Адаптивная физическая культура — составная часть комплексной реабилитации.
10. Раскройте содержание важнейших педагогических функций адаптивного спорта.
11. Опишите социальные принципы адаптивного спорта. Приведите примеры их реализации.
12. Особенности применения обще-методических принципов в адаптивном спорте.
13. Специально-методические принципы адаптивной физической культуры.
14. Средства адаптивной физической культуры. Характеристика основных групп.
15. Методы, адаптивной физической культуры, используемые в комплексной реабилитации.
16. Методы социализации и оптимизации коммуникативной деятельности в адаптивной физической культуре.
17. Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.
18. Методы развития физических качеств и способностей. Особенности применения в адаптивной физической культуре.
19. Сходство и различия процессов обучения в различных видах адаптивной физической культуры.
20. Основное требование к процессу обучения в адаптивной физической культуре.
21. Основные закономерности развития физических качеств и способностей.
22. Педагогические принципы развития физических способностей.
23. Развитие и совершенствование силовых способностей у инвалидов различных нозологических групп.
24. Развитие и совершенствование скоростных способностей у инвалидов различных нозологических групп.
25. Развитие и совершенствование координационных способностей у инвалидов различных нозологических групп.
26. Развитие и совершенствование выносливости у инвалидов различных нозологических групп.
27. Развитие и совершенствование гибкости у инвалидов различных нозологических групп.

28. Виды планирования в адаптивной физической культуре (перспективное, этапное, текущее).
29. Особенности текущего, этапного и циклового контроля в адаптивной физической культуре.
30. Средства адаптивной двигательной рекреации.
31. Главная цель, основные задачи адаптивного спорта.
32. Ведущие функции и принципы адаптивного спорта.
33. Параолимпийское движение инвалидов как модель спорта здоровых спортсменов.
34. Принципы спортивно-медицинской классификации спортсменов-параолимпийцев.
35. Основные виды адаптивного спорта, входящие в программы летних и зимних Параолимпийских игр.
36. Цель, принципы, основное содержание Всемирных игр Специальной Олимпиады.
37. Виды адаптивного спорта, применяемые в Специальных Олимпиадах.
38. Процедура награждения участвующих в соревнованиях игр Специальной Олимпиады.
39. Адаптивная физическая культура и ее роль в формировании социального статуса инвалида.
40. Российские спортсмены-инвалиды в Паралимпийском движении.
41. Подвижные игры для незрячих и слабовидящих детей (направленность, особенности организации и проведения).
42. Причины и классификация нарушений слуха.
43. Понятие умственной отсталости, причины, классификация.
44. Особенности психических процессов детей с умственной отсталостью (представлений, мышления, памяти, внимания, речи, эмоционально-волевой сферы).
45. Содержание и особенности формирования знаний на уроке физической культуры у школьников с нарушением интеллекта.
46. Подвижные игры, их направленность и особенности проведения с детьми, имеющими нарушения интеллекта.
47. Общая характеристика и классификация основных форм ДЦП.
48. Охарактеризуйте особенности физического развития и физической подготовленности детей с нарушениями речи.
49. Что такое задержка психического развития?
50. Причины и классификация нарушений зрения.
51. Подвижные игры для незрячих и слабовидящих детей (направленность, особенности организации и проведения).
52. Методы и методические приемы обучения двигательным действиям школьников с нарушением интеллекта.
53. Особенности занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими умеренную и тяжелую степень умственной отсталости.
54. Научное, правовое и информационное пространство адаптивной физической культуры в России.
55. Возрастные группы участников соревнований инвалидов. Награждение. Отбор спортсменов для участия в соревнованиях более высокого ранга.

IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Основная литература

1. Развивающий уход за детьми с тяжелыми и множественными нарушениями развития: информационно-методический сборник для специалистов : [16+] / О.С. Бояршинова, А.М. Пайкова, Т.А. Бондарь и др. ; под ред. А.Л. Битовой, О.С. Бояршиновой. – 2-е изд. (эл.). – Москва : Теревинф, 2019. – 116 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. –

URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=571236> (дата обращения: 01.09..2020)– Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4212-0508-1. – Текст : электронный.

4.2. Дополнительная литература

1. Лечебная физическая культура : учебник / Э.Н.Вайнер. – М.: Флинта : Наука, 2010. – 424 с.
2. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник для студентов высших и средних профессиональных учебных заведений, осуществляющих образовательную деятельность по специальностям 022500 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и 0323 «Адаптивная физическая культура» / Под ред. проф. С.П. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2002 - 448 с.
3. Физическая реабилитация. В 2 т. Т.1 : учеб. для студ.учрежденийвысш. мед. проф. образования / [С.Н Попов, О.В.Козырева, М.М.Малашенко и др.]; под ред. С.Н.Попова. – М.: Издательский центр « Академия», 2013. – 288 с. – (Сер. Бакалавриат).
4. Физическая реабилитация. В 2 т. Т.2 : учеб. для студ.учрежденийвысш. мед. проф. образования / [С.Н Попов, О.В.Козырева, Т.С. Гарасева и др.]; под ред. С.Н.Попова. – М.: Издательский центр « Академия», 2013. – 304 с. – (Сер. Бакалавриат).

V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
1.	https://infourok.ru/	Инфоурок: образовательный интернет-проект России. Включает: конспекты уроков, презентации, тесты, видеоуроки и другие материалы по предметам школьной программы.	Свободный доступ
2.	http://edu.ru/	Российское образование: Федеральный портал. Включает ссылки на порталы и сайты образовательных учреждений; государственные образовательные стандарты; нормативные документы; каталог экскурсий и обучающих программ.	Свободный доступ
3.	https://www.infosport.ru/	Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»	Свободный доступ

VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1.	http://www.biblioclub.ru	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем предос-
----	---	--	--

			тавляется неограни- ченный индивидуаль- ный доступ из любой точки, в которой име- ется доступ к сети Ин- тернет
2.	www.garant.ru	Информационно-правовой портал	Свободный доступ
3.	www.elibrary.ru	Российский информационный портал в области науки, техноло- гии, медицины и образования	Свободный доступ
4.	www.consultant.ru	Российская компьютерная спра- вочно-правовая система	Свободный доступ
5.	https://www.infosport.ru/	Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»	Свободный доступ
6.	https://www.olympichistory.info/	История Олимпийских игр	Свободный доступ
7.	https://www.minsport.gov.ru	Министерство спорта РФ	Свободный доступ

VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

При реализации учебной дисциплины применяется следующее лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;
- Microsoft Office;
- LibreOffice и др.

VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Учебные занятия проводятся в аудиториях, укомплектованных специализированной мебелью, в том числе стационарными или переносными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Предусмотрены помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.