

ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И.А. БУНИНА

«УТВЕРЖДАЮ»

И.о. директора института физической
культуры, спорта и безопасности
жизнедеятельности



/ А. А. Шахов /

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.01.13 Адаптивный спорт

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

Направленность (профиль): Физическая реабилитация

Квалификация (степень): бакалавр

Форма обучения: очная

Институт: физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Кафедра: физической культуры, профессиональной физической подготовки и безопасности жизнедеятельности

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

Лекции	12		
Лабораторные занятия			
Практические (семинарские) занятия	12		
Консультации			
Форма промежуточной аттестации	Зачет		
Контроль			
Иные формы работы			
Самостоятельная работа	84		

Всего часов: 108

Трудоемкость: 3 зачетные единицы.

Разработчик(и) рабочей программы:
старший преподаватель

подпись

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-1	Знать: <ul style="list-style-type: none">- этиопатогенез и возможные варианты течения основных форм патологии;- основные понятия, используемые в лечебной физической культуре и физической реабилитации;- предмет, цель, роль и место лечебной физической культуры в реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;- анатомическое строение и функции органов и систем организма, закономерности физического, психического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды.	Знает: <ul style="list-style-type: none">- анатомическое строение и функции органов и систем организма, закономерности физического, психического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды;- предмет, цель, роль и место лечебной физической культуры в реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;- основные понятия, используемые в лечебной физической культуре и физической реабилитации;
	Уметь: <ul style="list-style-type: none">- составить комплекс физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов после выполнения физических нагрузок с учётом особенностей контингента;- использовать и подбирать средства и методы лечебной физической культуры для данной категории занимающихся;	Умеет: <ul style="list-style-type: none">- практически применять основные методики физической реабилитации и лечебной физической культуры;- составить комплекс физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов после выполнения физических нагрузок с учётом особенностей контингента;

	<ul style="list-style-type: none"> - практически применять основные методики физической реабилитации и лечебной физической культуры. 	<ul style="list-style-type: none"> - использовать и подбирать средства и методы лечебной физической культуры для данной категории занимающихся.
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки; - оценивать анатомо-функциональное состояние организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций. 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способами оценки анатомо-функционального состояния организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов для разработки индивидуального маршрута реабилитации с целью формирования компенсаций; - методами диагностики и анализа реабилитационного потенциала реабилитанта, навыками оценки его состояния по данным врачебной медико-физиологической оценки.
ПКС-2	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные медико-биологические закономерности восстановления организма после травм и заболеваний; - современные технологии, используемые в физической реабилитации; - основы применения методов измерения и оценки физического развития и функциональной подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - показатели общих и функциональных методов обследования больных, направляемых на реабилитацию для оценки эффективности реабилитационных мероприятий; - совместимость и последовательность назначения физиотерапевтических методов лечения и реабилитации на различных этапах патологического процесса при травмах и заболеваниях опорно-двигательной системы; - показания и противопоказания к применению физиотерапевтических методов лечения и реабилитации при травмах и заболеваниях опорно-двигательной системы; - показания и противопоказания к назначению лечебной физкультуры у травматологических и ортопедических больных; - средства и формы ЛФК, используемые при лечении и реабилитации травматологических и ортопедических больных; 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - показания и противопоказания к применению физиотерапевтических методов лечения и реабилитации при травмах и заболеваниях опорно-двигательной системы; - показания и противопоказания к назначению лечебной физкультуры у травматологических и ортопедических больных; - методы контроля эффективности проводимых занятий; - механизмы лечебного действия физических упражнений при различных заболеваниях травматологического и ортопедического профиля; - основные медико-биологические закономерности восстановления организма после травм и заболеваний; - современные технологии, используемые в физической реабилитации; - совместимость и последовательность назначения физиотерапевтических методов лечения и реабилитации на различных этапах патологического процесса при травмах и заболеваниях опорно-двигательной системы; - основы применения методов измерения и оценки физического развития и функциональной подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

	<ul style="list-style-type: none"> - механизмы лечебного действия физических упражнений при различных заболеваниях травматологического и ортопедического профиля; - методы контроля эффективности проводимых занятий. 	
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять цели и задачи для реабилитации нарушенных или временно утраченных функций организма человека; - работать в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления организма; - составлять комплексные методики физической реабилитации с учётом нозологических форм, возрастных и гендерных групп; - проводить медицинский осмотр, включающий объективные методы обследования, данные лабораторно-инструментальных методов исследования; - определять показания и противопоказания для назначения физиотерапевтических методов реабилитации при травмах и заболеваниях опорно-двигательной системы; - проводить приём больных с травмами и заболеваниями опорно-двигательной системы, направляемых на лечение и реабилитацию, и при необходимости вносить коррективы в назначения после согласования с лечащим врачом; - обосновывать необходимость назначения средств ЛФК больному, основываясь на результатах клинического, лабораторного и других методов исследования; - составлять методические указания, схему занятий и комплекс упражнений ЛФК для больных; - проводить оценку эффективности занятий ЛФК с использованием клинических и функциональных методов исследования; - давать рекомендации больному при выписке из стационара по использованию средств ЛФК для повышения уровня физического 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составлять методические указания, схему занятий и комплекс упражнений ЛФК для больных; - проводить оценку эффективности занятий ЛФК с использованием клинических и функциональных методов исследования; - работать в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления организма; - определять цели и задачи для реабилитации нарушенных или временно утраченных функций организма человека; - определять показания и противопоказания для назначения физиотерапевтических методов реабилитации при травмах и заболеваниях опорно-двигательной системы; - обосновывать необходимость назначения средств ЛФК больному, основываясь на результатах клинического лабораторного и других методов исследования; - составлять комплексные методики физической реабилитации с учётом нозологических форм, возрастных и гендерных групп.
	<p>Владеть:</p>	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками текущего контроля за реакциями организма больного в ответ на физические нагрузки;

	<ul style="list-style-type: none"> - диагностическими приёмами, позволяющими оценить уровень функционального состояния отдельных органов и систем больного; - физиотерапевтической терминологией в части описания показаний и противопоказаний для проведения физиотерапевтического лечения больных с травмами и заболеваниями опорно-двигательной системы, дозирования физических факторов и оформления медицинской документации физиотерапевтического назначения; - дифференцированным применением физиотерапевтических методов реабилитации больных с травмами и заболеваниями опорно-двигательной системы в соответствии с показаниями и противопоказаниями к их назначению и оформлением соответствующей документации; - методиками текущего контроля за реакциями организма больного в ответ на физические нагрузки; - методиками написания назначений и проведения занятий лечебной гимнастикой с больными травматологического и ортопедического профиля. 	<ul style="list-style-type: none"> - диагностическими приёмами, позволяющими оценить уровень функционального состояния отдельных органов и систем больного; - физиотерапевтической терминологией в части описания показаний и противопоказаний для проведения физиотерапевтического лечения больных с травмами и заболеваниями опорно-двигательной системы, дозирования физических факторов и оформления медицинской документации физиотерапевтического назначения; - методиками написания назначений и проведения занятий лечебной гимнастикой с больными травматологического и ортопедического профиля.
--	---	--

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	12	4	4		4
2.	Тема 1. Организация адаптивного спорта для лиц с отклонениями в состоянии здоровья	6	2	2	-	2
3.	Тема 2. Функции, принципы, задачи средства адаптивного спорта	6	2	2	-	2
4.	Раздел 2. Классификация основных направлений развития Адап-	40	4	4		32

	тивного спорта. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом.					
5.	Тема 1. Основные направления адаптивного спорта.	20	2	2		16
6.	Тема 2. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом. Летние и зимние виды адаптивного спорта.	20	2	2		16
7.	Раздел 3. Проблемы, решения и перспективы паралимпийского движения России.	56	4	4		48
8.	Тема 1. Основные тенденции развития паралимпийского спорта.	20	2	2		16
9.	Тема 2. Специальное Олимпийское движение как ведущее нетрадиционное направление развития адаптивного спорта.	18	1	1		16
10	Тема 3. Профессионально – ориентированные виды адаптивного спорта	18	1	1		16
11	Форма отчетности	Зачет				
12.	Итого за 8 семестр	108	12	12		84
13.	Контроль	3				
14.	ИТОГО:	108	12	12	-	84

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)

Задания с выбором одного или нескольких вариантов ответа

1. Какой из видов адаптивной физической культуры направлен на раскрытие резервных возможностей организма и достижение максимального результата?

- А. адаптивное физическое воспитание;
- Б. адаптивная физическая реабилитация;
- В. Адаптивный спорт;
- Г. Адаптивная двигательная рекреация.

2. Как классифицируются виды адаптивного спорта в нашей стране:

- А. исходя из нозологического признака;
- Б. исходя из уровня подготовки;
- В. исходя из возрастных особенностей;
- Г. исходя из желания заниматься.

Задания на установление соответствия

1. Установите соответствие между потребностью личности (колонка Б) и удовлетворяющей ее видом адаптивной физической культурой (колонка А):

«Колонка А» Вид адаптивной физической культуры	«Колонка Б» Потребность личности
1. Адаптивное физическое воспитание	А. Потребность в подготовке к жизни
2. Адаптивный спорт	Б Потребность в отдыхе, развлечении
3. Адаптивная двигательная рекреация	В. Потребность в самоактуализации, самореализации, самореализации через соревновательную деятельность
4. Креативные телесно-ориентированные практики	Потребность в творческом саморазвитии

2. Определение функционального класса у спортсменов с нарушениями зрения во всех видах спорта подразделяется на три класса:

- 1 класс —
- 2 класс —
- 3 класс —

А. спортсмен может видеть движение руки на расстоянии до 2 м. (при норме 60 м.);

Б. спортсмен может видеть движение руки на расстоянии от 2 до 6м. Поле зрения спортсмена варьирует от 5 до 20 градусов;

В. спортсмен этого класса не имеет светочувствительности в одном из глаз (тотальная потеря зрения) или имеет частичную светочувствительность при отсутствии реакции на движение руки на любом расстоянии от глаза.

Задания открытого типа

- 1. Нозологическая группа инвалидности**
- 2. Адаптивный спорт – это**

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. Параолимпийское движение: реалии и перспективы развития.
17. История Параолимпийских игр.
18. Российские спортсмены-инвалиды в Параолимпийском движении.
19. История Специального Олимпийского движения.
20. Спортивное движение глухих.
21. История Всемирных (Олимпийских) игр глухих (Тихих игр).
22. Достижения российских спортсменов в крупнейших международных соревнованиях глухих.
23. Виды подготовки спортсменов паралимпийцев.
24. Классификация спортсменов в паралимпийском спорте.

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

Вопросы к зачету (8 семестр, очная форма обучения)

1. Адаптивный спорт как вид адаптивной физической культуры.
2. Основные задачи адаптивного спорта
3. Развитие адаптивного спорта в РФ.
4. Развитие адаптивного спорта для различных нозологических групп в нашей стране
5. Паралимпийское движение

6. Сурдлимпийское движение
7. Движение Специальной Олимпиады
8. Международные спортивные организации инвалидов
9. Международная спортивная организация инвалидов (для лиц с физическими недостатками) (ISOD)
10. Отбор спортсменов Специальной Олимпиады на соревнования
11. Основные функции адаптивного спорта
12. Соревновательная и развивающая функции адаптивного спорта.
13. Учебно-познавательная и воспитательная функции адаптивного спорта
14. Ценностно-ориентационная и творческая функции адаптивного спорта
15. Значение соревнований в адаптивном спорте
16. Средства, методы, организационные формы спортивно-адаптивной тренировки инвалидов различного возраста и различных нозологических групп (по выбору).
17. Паралимпийские игры
18. Сурдлимпийские игры
19. Игры Специальной Олимпиады
20. Адаптивный спорт, как форма жизненной активности – социальной занятости и достижений
21. Адаптивный спорт, как средство комплексной реабилитации инвалидов, лиц с отклонениями в состоянии здоровья
22. Формы интеграции здоровых людей и инвалидов в адаптивном спорте (нозологическая группа и возраст - по выбору).
23. Методы воспитания и стимуляция самовоспитания средствами адаптивного спорта (нозологическая группа и возраст - по выбору).
24. Развитие физических качеств у лиц с инвалидностью (нозологическая группа и возраст - по выбору).
25. Развитие координационных способностей у лиц с инвалидностью (нозологическая группа и возраст - по выбору).

IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Основная литература

1. *Бегидова, Т. П.* Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14815-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544542> (дата обращения: 24.11.2024).
2. *Бегидова, Т. П.* Теория и организация адаптивной физической культуры : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Бегидова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 181 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16755-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539702> (дата обращения: 24.11.2024).

4.2. Дополнительная литература

1. Олимпийское образование в 3 т. Том 3. Паралимпийские игры : учебное пособие для вузов / О. И. Кузьмина, Г. Н. Германов, Е. Г. Цуканова, И. В. Кулькова ; под общей редакцией Г. Н. Германова. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 531 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11112-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542180> (дата обращения: 24.11.2024).

2. Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 341 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17434-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543200> (дата обращения: 24.11.2024).

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 предоставляется неограниченный индивидуальный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет
2.	www.garant.ru	Информационно-правовой портал	Свободный доступ
3.	www.elibrary.ru	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования	Свободный доступ
4.	www.consultant.ru	Российская компьютерная справочно-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.