

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор института физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности



/ А. А. Шахов /

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.В.01.06 Технологии физкультурно-спортивной деятельности

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

Направленность (профиль): Адаптивный спорт и 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	2, 3, 4			
Семестр/триместр	4, 5, 6, 7, 8			

Лекции	96			
Лабораторные занятия				
Практические (семинарские) занятия	260			
в т. ч. практическая подготовка				
Форма(ы) промежуточной аттестации	Зачет Зачет с оценкой Экзамен – 0,6 Курсовой проект – 0,5			
Контроль	18			
Иные формы работы	1			
Самостоятельная работа	335,9			

Всего часов: 612

Трудоемкость: _17_ зачетных единиц.

Разработчик(и) рабочей программы:

старший преподаватель

Прокофьев И.Е.

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель изучения дисциплины:

1. Формирование у обучающихся профессионального мировоззрения, представлений и интереса к проблемам адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

2. Формирование у обучающихся профессиональной культуры специалиста, его мировоззренческих позиций в отношении социальной значимости и тенденций развития легкой атлетики в адаптивном спорте, стремления к всестороннему анализу и творческому усвоению изучаемого материала с использованием традиционных и современных технологий.

Задачи изучения дисциплины:

1. Обеспечить осознанное и активное усвоение обучающимися фундаментальных знаний в области теории и методики физической культуры, целостного осмысления профессиональной деятельности, а также сформировать у них профессионально-педагогические умения, навыки и качества по специальности.

2. Воспитать у будущих специалистов педагогическое мышление, познавательную активность, самостоятельность и ответственность за качество учебного труда и подготовки к профессиональной деятельности, дисциплинированность, потребность в научно-исследовательской и практической деятельности в сфере физической культуры.

3. Сформировать представление о роли, месте, истоках, тенденциях развития физической культуры в целом и в частности адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

4. Сформировать убеждение в важности и необходимости в высококвалифицированных специалистах для решения государственных задач физического совершенствования населения.

5. Дать представление о проблемах и перспективах развития отдельных избранных видов профессионально-ориентированных видов двигательной деятельности в адаптивном спорте, указать на ключевые моменты становления сферы адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

6. Способствовать у обучающихся формированию собственных взглядов на место и роль адаптивной легкой атлетики в системе физической культуры и спорта, в современном обществе и тенденции её развития.

Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.В.01.06 «Технологии физкультурно-спортивной деятельности» реализуется в рамках базовой (обязательной) части Блока 1. Дисциплины.

Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<p>ПКС-1 Способен обеспечивать эффективность процесса физической реабилитации различных нозологических, возрастных и гендерных групп с учетом принципов и форм организации реабилитационной деятельности, направленной на восстановление после травм и заболеваний функциональных систем организма человека</p>	<p>Знать:</p> <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. <p>Уметь:</p> <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; - практически применять основные методики физической реабилитации и лечебной физической культуры. 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - терминологию основных понятий используемых в адаптивном спорте и в лечебной физической культуре; - цель, задачи и место избранных видов профессионально-ориентированных видов двигательной деятельности в адаптивном спорте, знает основные принципы применяемые в адаптивной физической культуре для реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - особенности организации и построения учебных и тренировочных занятий по избранным видам профессионально-ориентированной двигательной деятельности в адаптивном спорте; <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять и показывать физические и технические упражнения, составляющие основу отдельных видов адаптивного спорта; - формулировать задачи, подбирать средства, методы, методические приемы обучения двигательным действиям, развития и совершенствования физически способностей занимающихся; - организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и соревнования по избранным видам адаптивного спорта; - уметь применять методики обучения двигательным действиям, используемые в избранных видах адаптивного спорта с учетом отклонений в состоянии здоровья, на практике.

	<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">- необходимым набором теоретических знаний и практических умений, необходимых для построения учебного и тренировочного процесса по избранным видам спорта с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий.

<p>ПКС-2 Способен использовать в процессе реабилитационных мероприятий средства и методы восстановления после травм и заболеваний функциональных систем организма</p>	<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; - механизмы лечебного действия физических упражнений при различных заболеваниях травматологического и ортопедического профиля; - методы контроля эффективности проводимых занятий. <p>Уметь:</p> <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; 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методы контроля эффективности проводимых занятий применяемые в избранных видах адаптивного спорта; - особенности техники двигательных действий и тактические приемы ведения соперничества в соревновательной деятельности в избранных видах спорта с учетом состояния здоровья; - 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; - механизмы лечебного действия легкоатлетических упражнений при различных заболеваниях травматологического и ортопедического профиля; - правила техники безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю в легкой атлетике <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оперировать собственными знаниями и использовать различные методы, приемы и формы организации, руководства и судейства соревновательной деятельности спортсменов, строить их с учетом возрастных особенностей и уровня физической и технической подготовленности
--	---	--

	<ul style="list-style-type: none"> - 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>Владеть:</p> <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 	<ul style="list-style-type: none"> занимающихся; - использовать современные эффективные методы и приемы контролирования занимающихся; - составлять методические указания, схему занятий и комплекс упражнений ЛФК для занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья с применением легкоатлетических упражнений; - организовывать и проводить спортивные соревнования в избранном виде адаптивного спорта. <p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методиками и приемами позволяющими оценить уровень функционального состояния отдельных органов и систем больного; - навыками организации судейства и организации проведения соревнований различного уровня по легкой атлетике; - методиками проведения занятий по легкой атлетике с лицами имеющими отклонения в состоянии здоровья; - владеет ведением документации, обеспечивающей соревновательную деятельность
--	---	---

	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.	спортсменов и соревнований в целом по легкой атлетике; - приемами обеспечения техники безопасности в тренировочном процессе.
--	---	---

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.
			ЛЗ	ПЗ	ЛБ	
4 семестр						
Легкая атлетика для лиц с ОВЗ						
1	Раздел 1. Легкая атлетика в адаптивном спорте					
	Тема 1. Легкая атлетика в адаптивном спорте Классификация и характеристика легкоатлетических упражнений.	3	2	2		4
	Тема 2. Основы техники легкоатлетических видов: спортивной ходьбы, бега, метаний и прыжков	3	8	22		46
	Тема 3. Основы тренировки в легкой атлетике	3	4	6		20
	Тема 4. Легкая атлетика в ВФСК ГТО инвалидов и лиц с ограниченными возможностями.		2	4		10
	Тема 5. Организация и проведение соревнований по легкой атлетике в адаптивном спорте		2	2		10
2	Форма отчетности	зачет				
3	Итого за 4 семестр	144	18	36		90
4	в том числе практическая подготовка					
5	ИТОГО:	144	18	36		90
5 семестр						
Волейбол сидя						
6	Раздел 1. Теоретические основы	12				6

	дисциплины «Волейбол сидя»		6	-	-	
	Тема 1. Введение в дисциплину «Волейбол сидя». История развития игры.	4	2	-	-	2
	Тема 2. Основные понятия и терминология.	4	2	-	-	2
	Тема 3. Правила игры и судейства.	4	2	-	-	2
7	Раздел 2. Характеристика физических качеств и способностей в волейболе сидя и методика их развития	24	4	8	-	12
	Тема 1. Значение физических качеств и способностей в волейболе сидя.	4	2	-	-	2
	Тема 2. Характеристика силовых способностей и методика их развития.	4	2	-	-	2
	Тема 3. Характеристика быстроты и методика ее развития.	4	-	2	-	2
	Тема 4. Характеристика ловкости и методика ее развития.	4	-	2	-	2
	Тема 5. Характеристика гибкости и методика ее развития.	4	-	2	-	2
	Тема 6. Характеристика выносливости и методика ее развития.	4	-	2	-	2
8	Раздел 3. Техническая подготовка игроков в волейбол сидя	42	4	10	-	28
	Тема 1. Классификация технических элементов в игре.	6	2	-	-	4
	Тема 2. Техника игры в волейбол сидя и методика обучения.	6	2	-	-	4
	Тема 3. Обучение технике передачи мяча сверху двумя руками.	6	-	2	-	4
	Тема 4. Обучение технике приему и передачи мяча снизу.	6	-	2	-	4
	Тема 5. Обучение технике подачи.	6	-	2	-	4
	Тема 6. Обучение технике нападающего удара.	6	-	2	-	4
	Тема 7. Обучение технике блокирования.	6	-	2	-	4
9	Раздел 4. Тактическая подготовка игроков в волейбол сидя.	40	8	8	-	24
	Тема 1. Классификация тактики игры.	6	2	-	-	4
	Тема 2. Функции игроков на площадке.	6	2	-	-	4
	Тема 3. Тактика игры в нападении.	6	2	-	-	4
	Тема 4. Тактика игры в защите.	6	2	-	-	4
	Тема 5. Обучение и совершенствование тактики игры в нападении.	8	-	4	-	4
	Тема 6. Обучение и совершенствование тактики игры в защите.	8	-	4	-	4
10	Раздел 5. Организация и особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований по волейболу сидя	26	10	6	-	10
	Тема 1. Компоненты спортивной тренировки. Цели и задачи тренировочного процесса.	4	2	-	-	2

	Тема 2. Технология планирования и контроль процесса подготовки волейболистов.	4	2	-	-	2
	Тема 3. Структура спортивной тренировки в волейболе.	6	2	2	-	2
	Тема 4. Составление документации для учебно–тренировочных занятий.	6	2	2	-	2
	Тема 5. Организация и методика проведения соревнований.	6	2	2	-	2
11	Форма отчетности (семестр 5)	Зачет с оценкой	-	-	-	-
12	Консультация	-	-	-	-	-
13	Контроль	-	-	-	-	-
14	Итого за 5 семестр	144	32	32	-	80
15	Итого:	144	32	32	-	80
6 семестр						
Голбол						
16	Раздел 1. Исторические аспекты становления голбола	9	1	-		8
	Тема 1. Краткая история и основные этапы становления игры в голбол.	4,5	0,5	-		4
	Тема 2. Особенности становления отечественного голбола в советский период.	4,5	0,5	-		4
17	Раздел 2. Общие основы теории и методики голбола: основные разделы подготовки	62	6	20		36
	Тема 1. Введение в предмет. Общая характеристика голбола.	4,5	0,5	-		4
	Тема 2. Современные тенденции развития игры в голбол.	4,5	0,5	-		4
	Тема 3. Содержание и основные компоненты обучения и спортивной подготовки. Основы организации и построения спортивной подготовки в голболе.	9	1	4		4
	Тема 4. Техника игры в голбол: общие понятия, классификация и характеристика.	18	2	8		8
	Тема 5. Физические качества и физическая подготовка спортсменов в голболе.	13	1	4		8
	Тема 6. Тактика игры в голбол: общие понятия, классификация, характеристика.	13	1	4		8
18	Раздел 3. Теоретико-методические основы спортивной подготовки и тренировки в голболе	25	3	-		22
	Тема 1. Структура многолетней спортивной тренировки. Этапы спортивной подготовки в голболе.	11	1	-		10
	Тема 2. Основные виды спортивной подготовки в голболе и их	14	2	-		12

	характеристика.					
19	Раздел 4. Особенности организации, проведения	37,2	4	8		25,2
	Тема 1. Организация и проведение соревнований по голболу.	22	2	6		14
	Тема 2. Правила игры в голбол и основы судейства.	15,2	2	2		11,2
20	в т.ч. ИФР	1	-	-	-	-
21	Контроль	9	-	-	-	-
22	Консультации	-	-	-	-	-
23	Форма отчетности	-	-	-	-	-
24	Экзамен Курсовой проект	0,8	-	-	-	-
25	ИТОГО за 6 семестр:	144	14	28	-	91,2
7 семестр						
Баскетбол для лиц с ОВЗ						
26	Раздел 1.История становления отечественного баскетбола для лиц с ОВЗ	8	4	-	-	2
	Тема 1. История становления баскетбола для лиц с ОВЗ.	2	2	-		1
	Тема 2. История и тенденции развития отечественного баскетбола для лиц с ОВЗ.	2	2	-	-	1
27	Раздел 2.Общие основы теории баскетбола на колясках	43	12	20	-	6
	Тема 1. Введение в предмет. Общая характеристика игры в баскетбол на колясках	3	2	-		2
	Тема 2. Техника игры в баскетбол на колясках	26	6	14		2
	Тема 3. Организация и проведение соревнований по баскетболу на колясках	14	4	6		2
28	Раздел 3. Содержание игровой деятельности	47,7	4	20		4
	Тема 1. Методика обучения и тренировки	47,7	4	20		4
29	Контроль	-	-	-	-	-
30	Консультации	-	-	-	-	-
31	Форма отчетности	-	-	-	-	-
32	Зачет с оценкой	-	-	-	-	-
33	Итого за 7 семестр	72	20	40	-	12
8 семестр						
Настольный теннис для лиц с ОВЗ						
34	Раздел 1. Общая характеристика настольного тенниса для лиц с ограниченными возможностями здоровья	10	2	-	-	8
	Тема 1. История паралимпийского настольного тенниса	5	1	-	-	4
	Тема 2. Классификационная система в настольном теннисе для лиц с ОВЗ	5	1	-	-	4
35	Раздел 2. Настольный теннис для лиц с нарушениями опорно-двигательного	32	4	12	-	16

	аппарата					
	Тема 1. Правила игры и понятийный аппарат	6	2	-	-	4
	Тема 2. Техническая, тактическая, психологическая подготовка	26	2	12	-	12
36	Раздел 3. Настольный теннис для слепых	20	2	4	-	14
	Тема 1. История развития настольного тенниса для слепых	3	1	-	-	2
	Тема 2. Правила игры и понятийный аппарат	6	-	2	-	4
	Тема 2. Техническая, тактическая подготовка	11	1	2	-	8
37	Раздел 4. Настольный теннис для лиц с нарушениями слуха	18	2	4	-	12
	Тема 1. Правила игры и понятийный аппарат	9	1	2	-	6
	Тема 2. Виды подготовки	9	1	2	-	6
38	Раздел 5. Настольный теннис для лиц с нарушениями интеллекта.	18,7	2	4	-	12,7
	Тема 1. Техническая, тактическая подготовка	18,7	2	4	-	12,7
39	Контроль	9				
40	Форма отчетности					
41	Экзамен	0,3				
42	Итого за 8 семестр	108	12	24	-	62,7
43	ИТОГО:	108	12	24	-	62,7
44	Всего за 4-8 семестры					
45	ИФВ	1				
46	Контроль	18				
47	Формы контроля					
48	Зачет Зачет с оценкой Экзамен Курсовой проект	1,1				
49	ИТОГО	612	96	160		335,9

Очно-заочная форма обучения (не реализуется)

Заочная форма обучения (не реализуется)

III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Оценка освоения обучающимися содержания дисциплины включает текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающихся.

Текущая аттестация проводится в форме выполнения тестирования, реферативной, практических заданий, выполнение двигательных нормативов по определению физической и технической подготовленности по легкой атлетике.

4 семестр (зачет)

Типовой вариант контрольной работы (тестовые задания)

1 вариант

1. Адаптивное физическое воспитание (образование) – это

- 1) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности;
- 2) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности, в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре;
- 3) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности спортсмена в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности, в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре;
- 4) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности спортсмена и формирование положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре.

2. Что такое адаптивный спорт?

- 1) компонент (вид) адаптивной физической культуры, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в лечении;
- 2) компонент (вид) адаптивной физической культуры, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в отдыхе;
- 3) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в риске, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях;
- 4) компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности личности в самоактуализации, в максимально возможной самореализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей, потребности в коммуникативной деятельности и социализации.+

3. Обязанности бригады судей на дистанции (обведите правильные варианты, их может быть несколько):

1. Следить за правильным преодолением дистанции и препятствий участниками соревнований, особенно на виражах, когда бег выполняется по отдельным дорожкам;
2. Следит за правильностью передачи эстафетной палочки в эстафетном беге
3. Подготавливает и убирает соответствующий инвентарь и оборудование.
4. Награждение победителей и призеров соревнований, парад открытия и закрытия соревнований

4. Круговая дорожка (полный круг) на стадионе должна иметь длину? (выберите правильный ответ)

1. 200м
2. 350м
3. 500м
4. 400 м

5. Ширина дорожки на стадионе составляет (выберите правильный ответ)

1. 140 см
2. 150 см
3. 125 см
4. 135 см.

6. Какой вес мяча для метания на дальность (выберите правильный ответ)

1. 200г.
2. 100г.
3. 150 г.
4. 250г.

7. Расставьте в правильном порядке упражнения проводимые в комплексе «ОРУ – Обще развивающие упражнения» (очередность цифрами)

Круговые движения руками

Приседания

Наклоны туловища

Наклоны головы

Наклоны с касанием руками пола

Выпады

Прыжки

Ходьба на месте

8. Какова длина спринтерской дистанции (обведите правильные варианты, их может быть несколько)

1. 100 м
2. 200 м
3. 500 м
4. 400м

9. Из каких фаз состоит бег на короткие дистанции (выберите правильный ответ)

- а) старт, бег по дистанции, стартовый разбег, финиширование;
- б) стартовый разбег, бег по дистанции, финишный рывок;
- в) старт, набор скорости, финиш;
- г) стартовый разгон, бег вперёд, финишный толчок.
- д) старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование

2 вариант

1. Назовите, с какого двигательного действия, начинают обучение в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги»

- а) с отталкивания;
- б) с разбега;
- в) в целом;
- г) все равно с чего.

2. Как технически правильно, нужно держать ноги при приземлении в прыжках в длину способом «согнув ноги»

- а) выбрасывать вперед;
- б) опускать под себя;
- в) как получится.

3. Какой метод для развития выносливости используют при подготовки спортсменов

- а) равномерным методом;
- б) методом до отказа;
- в) повторным методом;
- г) соревновательным;
- д) использовать все методы.

4. Назовите дистанции, соответствующие бегу на средние дистанции

- а) мужчины – 400 – 800 м; женщины – 200 – 400 м
- б) мужчины – 800 – 1500 м; женщины – 800 – 1500 м
- в) мужчины – 1500 – 5000 м; женщины – 1500 – 3000 м

5. Назовите сколько барьеров необходимо преодолеть бегуну при беге на 110 м с/б?

- а) 10 барьеров;
- б) 12 барьеров;
- в) 8 барьеров.

5. Кто распределяет судей по видам на соревнованиях по легкой атлетике:

- а) главный судья;
- б) главный секретарь;
- в) зам. главного по кадрам.

6. Согласно правилам соревнований, сколько раз бегун на 400м. может совершить фальстартов?

- а) каждый бегун по 1 разу;
- б) 1 раз на всех бегунов;
- в) каждый бегун по 2 раза;
- д) 2 раза на всех бегунов.

7. Сколько ударов в минуту составляет частота сердечных сокращений у бегуна, при темповом кроссе:

- а) 170- 180 уд/мин;
- б) 190 – 200 уд/мин;
- в) до 160 уд/мин.

8. Как вы думаете, ширина стартовой линии входит в легкоатлетическую дистанцию?

- а) да;

б) нет.

9. Согласно правилам соревнований по легкой атлетике, при одинаковом лучшем результате 5м.40см у 2-х прыгунов в прыжках в длину, как выявляется победитель

а) оба получают становятся победителями;

б) 1 место выигрывает тот участник кто раньше совершил попытку на результат 5м40см;

в) смотрят по следующей лучшей попытке, у кого результат лучше тот и становится победителем;

г) дают возможность двум прыгунам совершить по дополнительной попытке, у которого результат будет лучше, тот и становится победителем.

10. Выберите, что такое кросс:

а) бег с барьерами

б) бег по пересеченной местности

в) бег с ускорением.

Практические задания

Практическое задание № 1.

1. Разработать конспект урока по легкой атлетике для обучающихся средней образовательной школы имеющих отклонения в состоянии здоровья и занимающихся в специальной медицинской группе, с решением двух образовательных задач.

Примерная тематика рефератов

1. История развития легкоатлетических видов (отдельно по каждому виду легкой атлетики у мужчин и женщин).

2. Анализ техники легкоатлетических видов (отдельно по каждому виду легкой атлетики у мужчин и женщин).

3. Сравнительный анализ техники российских легкоатлетов и ведущих зарубежных легкоатлетов по кинограммам (отдельно по каждому виду у мужчин и женщин).

4. Уровень развития скоростных способностей у студентов 1-3 курсов, не занимающихся спортом.

5. Уровень развития выносливости у студентов различных факультетов, не занимающихся спортом.

6. Уровень развития ловкости у студентов 1-3 курсов, не занимающихся спортом.

7. Уровень развития силовых способностей у студентов 1-3 курсов, не занимающихся спортом.

8. Уровень развития прыгучести у студентов 1-3 курсов, не занимающихся спортом.

9. Сравнительный анализ уровня развития физических качеств студентов занимающихся и не занимающихся спортом.

10. Сравнительный анализ уровня развития физических качеств учащихся выпускных классов средних школ и студентов 1 курса педагогических вузов.

11. Сравнительный анализ уровня развития физических качеств студентов 1 и 2 курсов педагогических вузов.

12. Сравнительный анализ уровня развития физических качеств студентов разных курсов (1-4) ИФКС и БЖ.

13. Сравнительный анализ уровня развития физических качеств студентов ИФКС и БЖ, занимающихся различными видами спорта.

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

Перечень вопросов к зачету

(4 семестр очная форма обучения)

1. Классификация и характеристика легкоатлетических упражнений.
2. Основы техники ходьбы и бега.
3. Основы техники прыжков
4. Основы техники метаний.
5. Анализ техники и методика обучения спортивной ходьбе.
6. Анализ техники и методика обучения бегу на короткие дистанции.
7. Анализ техники и методика обучения эстафетному бегу.
8. Анализ техники и методика обучения бегу на средние и длинные дистанции.
9. Анализ техники и методика обучения прыжкам в длину с разбега.
10. Анализ техники и методика обучения тройному прыжку.
11. Анализ техники и методика обучения прыжку в высоту.
12. Анализ техники и методика обучения метания копья.
13. Общий порядок организации тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.
14. Методические рекомендации по организации и выполнению испытаний (тестов) комплекса ГТО для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.
15. Учет возрастных особенностей при занятиях легкой атлетикой.
16. Виды соревнований. Планирование, подготовка и проведение соревнований.
17. Судейская коллегия. Обязанности судей.

5 семестр (волейбол сидя)

Типовой вариант контрольной работы (практическая часть)

- 1) передача мяча над собой сверху двумя руками и снизу в круге диаметром 3 м (по 30 раз);
- 2) подача на точность в зоны 1 и 5 (зачтено из 5 – 3 раза);

- 3) нападающий удар из зоны 4, из зоны 2 (зачтено из 4 – 2 раза);
- 4) верхняя передача мяча через сетку в парах на удержание – 60 сек;
- 5) судейство соревнований различного уровня.

Примерная тематика рефератов

1. «Техника игры в волейбол». Общая характеристика техники игры в волейбол сидя, классификация.
2. Обучение основным элементам техники игры в волейбол сидя: передачи мяча (отдельно покаждому способу).
3. Обучение основным элементам техники игры в волейбол сидя: нападающие удары (отдельно по каждому способу).
4. Обучение основным элементам техники игры в волейбол сидя: прием мяча (отдельно покаждому способу).
5. Обучение основным элементам техники игры в волейбол сидя: подачи мяча (отдельно покаждому способу).
6. Обучение основным элементам техники игры в волейбол сидя: блок (отдельно по каждому способу).
7. Обучение основным элементам техники перемещений в волейболе сидя.
8. Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: подачи (отдельно покаждому способу).
9. Обучение основным элементам техники игры либеро.
10. Характеристика методик обучения резаным ударам.
11. Характеристика методик обучения нападающим ударам.

Перечень вопросов к зачету (волейбол сидя) (5 семестр очная форма обучения)

(Теоретическая часть)

Общая характеристика техники игры в волейбол сидя.

Классификация технических приемов.

Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: удары (прямой нападающий удар).

Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: удары (боковой нападающий удар).

Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: удары (удары мимоблока).

Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: удары (нападающий удар с переводом).

Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: владение мячом (верхняя прямая подача).

Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: владение мячом (верхняя боковая подача).

Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: владение мячом (планирующие подачи).

Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: передачи (верхние передачи двумя и одной рукой).

Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: передачи мяча (верхние передачи назад).

Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: передачи (короткие, средние, длинные).

Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: передачи (высокие, средние, низкие).

Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: приём мяча – двумя руками снизу.

Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: приём мяча – двумя руками сверху.

Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: приём мяча – одной рукой снизу в падении.

Методика обучения базовым элементам техники игры в волейбол сидя: блок.

Контроль технической подготовленности волейболистов: тесты и нормативы.

Практическая часть

Требования к зачету по волейболу

- 1) передача мяча сверху двумя руками и снизу в круге диаметром 3 м (по 30 раз);
- 2) подача на точность в зоны 1 и 5 (зачтено. из 5 – 3 раза);
- 3) нападающий удар из зоны 4 в 5; из № 2 в №1; (зачтено. из 3 – 2 раз);
- 4) передача мяча через сетку в парах на удержание – 60 сек.

6 семестр (голбол)

Типовые контрольные работы.

Вариант I.

1. Назовите основные средства обучения технике бросков мяча в их рациональной последовательности.
2. Назовите упражнения для обучения броскам и ловле мяча.
3. Охарактеризуйте групповое тактическое взаимодействие с участием двух игроков.

Вариант II.

1. Назовите разновидности приема мяча краткую характеристику технике их выполнения.
2. Как научить рациональной технике отбивания мяча. Расскажите, как организовать процесс обучения технике голбола.
3. Охарактеризуйте групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием двух игроков.

Вариант III.

1. Предложите блок эффективных упражнений в их логической последовательности для обучения основам техники бросков.
2. Перечислите основные ошибки при передачах мяча.
3. Охарактеризуйте групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием двух игроков.

Вариант 1.

1. Какие средства вы можете предложить для формирования взаимосвязей между техникой ловли мяча и передачи мяча и значимыми для их эффективного

выполнения физическими качествами?

2. Назовите и дайте характеристику нескольким разнонаправленным подвижным играм, используемым в качестве средства обучения игровой деятельности в голболе.

Вариант II.

1. Какие средства эффективны для взаимосвязанного совершенствования техники бросков мяча и развития базовых физических качеств?

2. Предложите подводящие к голболу игры и опишите их правила.

Вариант III.

1. С помощью каких средств можно сформировать навык рациональных бросковых движений во взаимосвязи с высоким уровнем реализации скоростно-силовых качеств?

2. Как используются контрольные игры в игровой подготовке голболистов?

Примерная тематика рефератов

1. История становления и развития голбола.
2. Место и значение голбола в системе адаптивного физического воспитания.
3. «Техника игры в голбол». Общая характеристика техники игры в голбол.
4. Классификация техники игры в голбол.
5. Организация и проведение соревнований по голболу.
6. Физическая подготовка: виды, роль и значение в голболе.
7. Ловкость, и методика ее воспитания в голболе.
8. Гибкость, и методика ее воспитания в голболе.
9. Сила, и методика ее воспитания в голболе.
10. Выносливость, и методика ее воспитания в голболе.
11. Быстрота, и методика ее воспитания в голболе.
12. Обучение основным элементам техники игры в голбол: передачи мяча.
13. Обучение основным элементам техники игры в голбол: ловля и отбивание мяча.
14. Обучение основным элементам техники игры в голбол: броски мяча.
15. Методика обучения базовым элементам техники игры в голбол.
16. Правила игры и методика судейства.

Перечень вопросов к экзамену

(6 семестр очная форма обучения)

1. История развития игры в голбол.
2. Классификация бросков мяча в голболе и их характеристика.
3. История развития отечественного голбола.
4. Техника игры в голбол: прием и подача скачущего мяча.
5. Физическая подготовка в голболе.
6. Основные правила игры в голбол.
7. Техника игры в голбол: передачи мяча.
8. Техника игры в голбол: прием и отбивание мяча.

9. Техника игры в голбол: основные стойки голболистов.
10. Тактика игры в нападении.
11. Общие понятия тактики игры в голбол.
12. Основные правила игры в голбол: площадки для игры, инвентарь.
13. Тактика игры в защите.
14. Техника нападающего удара.
15. Судейство в голболе.
16. Техника штрафного удара.
17. Основы физической подготовки в голболе.
18. Техника игры в голбол: штрафной удар.
19. Исторические аспекты становления игры в голбол.
20. Техничко-тактическая подготовка в голболе.

7 семестр (баскетбол для лиц с ОВЗ)

Типовые контрольные работы.

Типовые контрольные работы.

Вариант I.

1. Назовите средства обучения технике перехвата мяча в их рациональной последовательности.
2. Назовите упражнения для обучения броскам.
3. Охарактеризуйте групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием двухигроков «двойка».

Вариант II.

1. Назовите разновидности поворотов и дайте краткую характеристику технике их выполнения.
2. Как научить рациональной технике передач мяча. Расскажите, как организовать процесс обучения технике передач мяча.
3. Охарактеризуйте групповое тактическое взаимодействие в нападении с участием трёхигроков «тройка».

Вариант III.

1. Предложите блок эффективных упражнений в их логической последовательности для обучения основам техники бросков.
2. Перечислите основные ошибки при бросках.
3. Назовите и охарактеризуйте любое групповое тактическое взаимодействие в нападении.

Вариант I.

1. Какие средства вы можете предложить для формирования взаимосвязей между техникой ловли мяча и передачи мяча и значимыми для их эффективного выполнения физическими качествами?
2. Назовите и дайте характеристику нескольким разнонаправленным подвижным играм, используемым в качестве средства обучения игровой деятельности баскетболистов.

Вариант II.

1. Какие средства эффективны для взаимосвязанного совершенствования техники бросков мяча и развития базовых физических качеств?

2. Предложите подводящие к баскетболу сидя игры и опишите их правила.

Вариант III.

1. С помощью каких средств можно сформировать навык рациональных бросковых движений во взаимосвязи с высоким уровнем реализации скоростно-силовых качеств?

2. Как используются контрольные игры в игровой подготовке баскетболистов?

Примерная тематика рефератов

История становления и развития баскетбола для лиц с ОВЗ.

Место и значение баскетбола в системе адаптивного физического воспитания.

«Техника игры в баскетбол». Общая характеристика техники игры в баскетбол сидя.

Классификация техники баскетбола сидя.

Общая характеристика тактики игры в баскетбол сидя.

Организация и проведение соревнований по баскетболу сидя.

Физическая подготовка: виды, роль и значение в баскетболе.

Ловкость и методика ее воспитания в баскетболе сидя.

Гибкость и методика ее воспитания в баскетболе сидя.

Сила и методика ее воспитания в баскетболе сидя.

Выносливость, и методика ее воспитания в баскетболе сидя.

Быстрота, и методика ее воспитания в баскетболе сидя.

Обучение основным элементам техники игры в баскетбол сидя: передачи мяча.

Обучение основным элементам техники игры в баскетбол сидя: перехваты и отбор мяча.

Обучение основным элементам техники игры в баскетбол сидя: броски в кольцо.

Обучение основным элементам техники игры в баскетбол сидя: перемещения.

Обучение основным элементам техники игры в нападении.

Правила игры и методика судейства.

Обучение основным элементам техники игры в защите.

Методика проведения соревнований.

Перечень вопросов к экзамену (баскетбол для лиц с ОВЗ) (7 семестр очная форма обучения)

История развития баскетбола для лиц с ОВЗ.

История становления баскетбола сидя как вида адаптивного спорта.

Место и значение баскетбола сидя в системе адаптивного физического воспитания.

Организация, проведение соревнований по баскетболу сидя.

Общая характеристика техники игры в баскетбол сидя.

Классификация технических приемов в баскетболе сидя.

Физическая подготовка баскетболистов с ОВЗ.

Методика воспитания физических качеств баскетболистов с ОВЗ: гибкость и ловкость.

Выносливость и методика ее воспитания в баскетболе сидя.

Методика воспитания физических качеств баскетболистов с ОВЗ: сила, скоростно-силовые качества.

Быстрота и методика ее воспитания в баскетболе сидя.

Методика обучения базовым элементам техники игры в баскетбол сидя: перемещения.

Методика обучения базовым элементам техники игры в баскетбол сидя: передачи.

Методика обучения базовым элементам техники игры в баскетбол сидя: броски.

Методика обучения базовым элементам техники игры в баскетбол сидя: отбор мяча.

Методика обучения базовым элементам техники игры в баскетбол сидя: перехваты.

Основные элементы техники игры в атаке и защите.

Контроль технической подготовленности баскетболистов с ОВЗ: тесты и нормативы.

Правила игры в баскетбол сидя

Общая классификация техники игры в баскетбол сидя.

Тактическая подготовка в баскетболе сидя.

Классификация тактики игры в баскетбол сидя.

Практическая часть.

Техническая подготовка.

№	Тесты	оценка					
		юноши			девушки		
		5	4	3	5	4	3
1.	Штрафной бросок. Выполняются 10 бросков.	6	5	4	5	4	3
2.	Двух очковый бросок. Выполняются 10 бросков.	4	3	2	3	2	1

Типовой вариант контрольной работы (тестовые задания)

В 1. В каком году была создана первая спортивная организация глухих?

1. 1924;
2. 1944;
3. 1964.

В 2. К группам инвалидов в зависимости от характера нарушения функции не относится:

1. с нарушением интеллекта;
2. с различными физическими недостатками;

3. трансплантаты;
4. с патологией дыхательных путей.

В 3. К видам реабилитации инвалидов не относятся (укажите 2 правильных ответа):

1. социальная;
2. педагогическая;
3. медицинская;
4. физическая;
5. психологическая

В 4. В каком году настольный теннис включён в программу паралимпийских игр:

1. 1960
2. 1936
3. 1957
4. 1912

В 5. Как называется настольный теннис для слепых:

1. Шоудаун
2. Топ-спин
3. Маятник
4. Боди-флекс

В 6. Сколько существует классификаций в настольном теннисе для лиц с нарушениями здоровья:

1. 10
2. 6
3. 11
4. 8

В 7. В настольном теннисе для слепых, когда тот или иной игрок забил гол им об этом сообщает судья:

1. судья подаёт сигнал двойным свистком.
2. Судья подает сигнал хлопком
3. Судья подает сигнал голосом

Примерная тематика рефератов.

1. История Параолимпийских игр
2. История Всемирных (Олимпийских) игр глухих (Тихих игр)
3. Классификация спортсменов в паралимпийском спорте
4. Параолимпийское движение: реалии и перспективы развития
5. История развития настольного тенниса для слепых
6. Техника игры в настольный теннис. Современные тенденции развития
7. Особенности организации занятий настольным теннисом с инвалидами
8. Настольный теннис как реабилитационное средство физической культуры
9. Биографии 6 выдающихся отечественных игроков в настольный теннис (мужчины или женщины). Результаты, фото.

10. История создания, структура и современная деятельность международной федерации настольного тенниса (ИТТФ).
11. Методика организации соревнований по настольному теннису среди инвалидов
12. Биографии 6 выдающихся отечественных игроков в настольный теннис (мужчины или женщины). Результаты, фото.
13. Эволюция и развитие правил игры в настольный теннис
14. Виды соревнований в настольном теннисе
15. Специальная физическая подготовка инвалидов-теннисистов
16. Паралимпийский комитет России
17. Настольный теннис в физкультурно-оздоровительной работе с людьми пожилого возраста.
18. Особенности организации занятий настольным теннисом с лицами с нарушением интеллекта
19. Особенности организации занятий настольным теннисом с лицами с нарушением слуха
20. Особенности организации занятий настольным теннисом с лицами с нарушением опорно-двигательного аппарата.

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

Вопросы к экзамену (8 семестр, очная форма обучения)

1. История настольного тенниса в России: этапы становления и развития
2. Правила игры в настольный теннис
3. Типы подачи по форме движения ракетки. Прямое движение, челночное («челнок»), маятникообразное («маятник»), веерообразное («веер»)
4. Характеристика стилей игры в настольный теннис
5. Классификационная система в настольном теннисе для лиц с ОВЗ
6. Развитие игровой техники и инвентаря в настольном теннисе
7. Современное состояние и развитие настольного тенниса в России
8. Виды подготовки игроков в настольном теннисе
9. Методика обучения игре в настольный теннис занимающихся с последствиями детского церебрального паралича (ДЦП)
10. Специальная физическая подготовка инвалидов-теннисистов
11. Требования к помещению и аксессуарам для игры в настольный теннис
12. История развития настольного тенниса для слепых «Шоудаун».
13. Основные правила игры в «Шоудаун».
14. Классификация упражнений, применяемых в процессе физического воспитания инвалидов.
15. Характеристика понятия умственная отсталость, виды умственной отсталости.
16. Влияние занятий настольным теннисом на развитии координации у занимающихся с ограниченными возможностями здоровья.

17. Особенности координационных способностей и их значение для их развития у лиц интеллектуальной недостаточностью.
18. Спортивное движение глухих
19. Особенности игры среди лиц с нарушениями слуха
20. Настольный теннис на паралимпийских играх.
21. История Всемирных (Олимпийских) игр глухих (Тихих игр).
22. Психологические качества и свойства личности игрока в настольный теннис.
23. Классификационные Правила по Пара настольному теннису ITTF.
24. Настольный теннис как средство развития координационных способностей для слабослышащих
25. Паралимпийский комитет России
26. История Специального Олимпийского движения
27. Достижения российских спортсменов в крупнейших международных соревнованиях глухих.
28. Виды подготовки спортсменов паралимпийцев.

IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Основная литература

1. Никитушкин, В. Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2023. - 246 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-07339-3. - Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514550> (дата обращения 02.09.2024)
2. Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Издательство Юрайт, 2023. - 158 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-07260-0. - Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/514910> (дата обращения 02.09.2024)
3. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. - Москва : Издательство Юрайт, 2023. - 334 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-13599-2. - Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519540> (дата обращения 28.08.2024)
4. Сокур, Б. П. Индивидуальные игровые виды спорта и их разновидности для лиц с различными физическими возможностями: учебное пособие: [16+] / Б. П. Сокур, Ю. Н. Эртман, С. Е. Воробьева; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики спортивных игр. – Омск: Сибирский государственный университет физической

культуры и спорта, 2019. – 89 с.: табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573663> (дата обращения: 02.02.2025). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

5. Частные методики адаптивной физической культуры: учебное пособие: в 2 частях: / сост. Е. С. Стоцкая ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2020. – Часть 2. Частные методики адаптивной физической культуры у детей с поражением опорно-двигательного аппарата, детей со сложными нарушениями, лиц пожилого возраста. – 245 с.: схем., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=690229> (дата обращения: 03.02.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-91930-151-6. – Текст: электронный.

4.2. Дополнительная литература

1. Дивинская, А. Е. Технологии физкультурно-спортивной деятельности адаптивной физической культуре. Курс лекций / А. Е. Дивинская. - Волгоград : ВГАФК, 2016. - 77 с. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/158062>. - Режим доступа: для авториз. пользователей (дата обращения 03.09.2025)

2. Жуков, Ю.Ю. Технологии адаптивной физической культуры в работе с лицами с сенсорными нарушениями (для слепых и слабовидящих) : учебное пособие / Ю.Ю. Жуков. - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 182 с. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158261>. - Режим доступа: для авториз. пользователей (дата обращения 03.09.2025)

3. Лаврухина, Г.М. Физкультурно-оздоровительные технологии: методика проведения комплексных занятий оздоровительной направленности взрослого населения (для женщин) : учебное пособие / Г.М. Лаврухина, Л.Т. Кудашова, Н.Н. Венгерова. - СПб. : [б. и.], 2014. – 204 с. - Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. - URL: <https://e.lanbook.com/book/158062>. - Режим доступа: для авториз. пользователей (дата обращения 23.08.2025)

4. Синельникова, Т. В. Адаптивная физическая культура для лиц с нарушением интеллектуального развития: учебное пособие: / Т. В. Синельникова, Л. В. Харченко; Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2018. – 120 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563136> (дата обращения: 03.09.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7779-2254-0. – Текст: электронный.

5. Реабилитация людей с ограниченными возможностями здоровья разных нозологических групп : учебное пособие / В. С. Штоколок, Н. А. Дубровина, Л. А. Боярская, А. А. Токмаков ; под общ. ред. В. С. Штоколка ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2018. – 139 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=696148> (дата обращения: 02.09.2025). – ISBN 978-5-7996-2322-7. – Текст: электронный.

6. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник : [12+] / 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: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461367> (дата обращения: 03.09.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-906839-18-3. – Текст: электронный.

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, видеуроки 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). Практические занятия проводятся в спортивном зале, стадионе.

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.

IX. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

Дополнения и изменения в рабочей программе на _____/_____ уч. год.

Дополнения и изменения рассмотрены на заседании кафедры _____
протокол № _____ от « ____ » _____ 201__ г.

И.о. зав. кафедрой: _____ /Карасева Е.Н./