Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ставропольский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ
ПОДПИСЬЮ

Сертификат:
00A6D882A52309E7B55A6391106869931C
Владелец: Ходжаян Анна Борисовна
Действителен: с 05.03.2025 до 29.05.2026

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

| | |
|---|---|
| Наименование дисциплины | **Система подготовки спортивного резерва в паралимпийском и сурдлимпийском спорте** |
| Направление подготовки | 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) |
| Профиль | Управление и организация физкультурной и спортивной подготовкой лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов |
| Форма обучения | заочная |
| Год начала подготовки | 2025 |

| | |
|---|---|
| Всего ЗЕТ | -4 |
| Всего часов | -144 |
| Из них | |
| Аудиторные занятия | -18 |
| лекции | -6 |
| практические занятия | -12 |
| Самостоятельная работа | -117 |
| Промежуточная аттестация | |
| Экзамен 4 семестр | - 9 |

г. Ставрополь, 2025 г.

**1. Цели освоения дисциплины**

Цель дисциплины – освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, и реализация их в своей профессиональной деятельности с лицами, имеющих отклонения в состоянии здоровья и инвалидами по зрению, слуху, с нарушениями интеллекта, речевых функций, поражением опорно-двигательного аппарата.

Программа разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки (специальности) 49.04.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и уровню высшего образования Магистратура, утвержденный приказом Минобрнауки России от 19.09.2017 № 946.

**2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина относится к вариативной части блока 1. «Дисциплины» ОПОП, её изучение осуществляется в 4 семестре.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и навыки, сформированные на предыдущем уровне образования.

- «Теория и методика адаптивной физической культуры» (1 семестр);
- «Базовые виды двигательной деятельности в адаптивной физической культуре и спорте» (1 семестр).

Знания, умения и навыки, полученные при изучении данной дисциплины необходимы для успешного освоения следующих дисциплин:

- «Частные методики адаптивной физической культуры» (3 семестр).

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

- Профессиональный стандарт 05.002 «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от «2» апреля 2019 года № 199н;
- Профессиональный стандарт 05.008 «Руководитель организации (подразделения организации), осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от «27» апреля 2023 года № 363н.

| Коды и содержание индикаторов компетенций | Планируемые результаты обучения (дескрипторы) | | |
|---|---|---|---|
| | Знать | Уметь | Владеть навыками |
| УК-2. Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла | | | |
| Иук 2.3 Разрабатывает концепцию проекта в рамках обозначенной проблемы, формулируя цель, задачи, актуальность, значимость (научную, практическую, | Анализирует цель, задачи, актуальность, значимость проекта в рамках обозначенной проблемы | Сопоставляет практическую, методическую значимость проекта на всех этапах его жизненного цикла | Применяет концепцию проекта в рамках обозначенной проблемы |

| | | | |
|---|---|---|---|
| методическую и иную в зависимости от типа проекта), ожидаемые результаты и возможные сферы их применения | | | |
| ПК-2. Способен разрабатывать, контролировать и корректировать индивидуальные программы развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, в том числе инвалидов | | | |
| $И_{ПК}$ 2.2. Контролирует и корректирует тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей | Анализирует тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей, занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей | Сопоставляет тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей, занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей | Корректирует тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей, занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей |
| ПК-3. Осуществляет управление деятельностью организации, входящей в систему спортивной подготовки | | | |
| ИПК 3.2. Проводит физкультурно-оздоровительную, физкультурно-массовую, спортивную и воспитательную работу с лицами, имеющими ограничения в состоянии здоровья, в том числе инвалидами | Анализирует физкультурно-оздоровительную, физкультурно-массовую, спортивную и воспитательную работу с лицами, имеющими ограничения в состоянии здоровья, в том числе инвалидами | Сопоставляет физкультурно-оздоровительную, физкультурно-массовую, спортивную и воспитательную работу с лицами, имеющими ограничения в состоянии здоровья, в том числе инвалидами | Внедряет физкультурно-оздоровительную, физкультурно-массовую, спортивную и воспитательную работу с лицами, имеющими ограничения в состоянии здоровья, в том числе инвалидами |

**4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

| Семестр | Наименование разделов дисциплины | Контактная аудиторная работа обучающихся с преподавателем в часах, в том числе | | | | | Самостоятельная работа, в том числе консультации | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Лекции | Практические занятия | Семинарские занятия | Лабораторные занятия | Клинические практические занятия | Контроль самостоятельной работы | Групповые консультации | Самостоятельная работа, в том числе индивидуальные |
| 2 | Раздел 1. Подготовка спортивного резерва | 2 | 4 | | | | | | 38 |
| 2 | Раздел 2. Физкультурно-спортивные организации и образовательные учреждения, осуществляющие подготовку спортсменов | 2 | 4 | | | | | | 38 |
| 2 | Раздел 3. Учебно-тренировочные программы подготовки спортсменов по различным видам спорта | 2 | 4 | | | | | | 41 |
| 2 | Промежуточная аттестация: экзамен | | | | | | | 2 | 9 |
| | **Итого по дисциплине**: | 6 | 12 | | | | | | 117 |
| | **Часов 144** **Зач.ед. 4** | | | | | | | | |
| | Объем профессиональной практической подготовки (ПП) | **0 час** | | | | | **0 час** | | |
| | Объем профессионально направленной подготовки (ПНП) | **4 час** | | | | | **39 час** | | |

**5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**5.1. Содержание разделов дисциплины**

| Код индикатора компетенции | Наименование разделов | Краткое содержание разделов и тем |
|---|---|---|
| *2 семестр* | | |
| Иук 2.3, ИПК 2.2, ИПК 3.2 | Раздел 1. Подготовка спортивного резерва | Структура многолетнего процесса подготовки спортсменов. Этапы многолетней подготовки спортсменов. Стадии максимальной реализации индивидуальных спортивных возможностей. Стадии спортивного долголетия. Паралимпийское движение. Сурдлимпийский спорт. Спортивное движение глухих России. Особенности спорта глухих. Основные |

| | | |
|---|---|---|
| | | направления деятельности по совершенствованию подготовки спортивного резерва по видам спорта, входящим в программу Паралимпийских игр, Сурдлимпийских игр. |
| Иук 2.3, ИПК 2.2, ИПК 3.2 | Раздел 2. Физкультурно-спортивные организации и образовательные учреждения, осуществляющие подготовку спортсменов | Проведение учебно-тренировочных мероприятий и других спортивных мероприятий, обеспечение спортивной экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием, питанием на учебно-тренировочных мероприятиях и других спортивных соревнованиях, медицинское обслуживание, проезд на учебно-тренировочные мероприятия и другие спортивные соревнования, центры спортивной подготовки |
| Иук 2.3, ИПК 2.2, ИПК 3.2 | Раздел 3. Учебно-тренировочные программы подготовки спортсменов по различным видам спорта | Типовые учебно-тренировочные программы подготовки спортсменов по различным видам спорта организация учебно-тренировочной деятельности. Программа спортивной подготовки по виду спорта «спорт глухих». Программа спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями» программа спортивной подготовки по виду спорта Спорт лиц с поражением ода. Программа спортивной подготовки по виду Спорта спорт слепых |

**5.2. Лекции**

| № Раздела | Наименование лекций | Кол-во часов | Перечень учебных вопросов | Форма проведения |
|---|---|---|---|---|
| *2 семестр* | | | | |
| Раздел 1 | Тема 1. Структура многолетнего процесса подготовки спортсменов | 2 | 1 Этапы многолетней подготовки спортсменов.<br>2. Стадии максимальной реализации индивидуальных спортивных возможностей.<br>3. Стадии спортивного долголетия.<br>4. Основные направления деятельности по совершенствованию подготовки спортивного резерва по видам спорта, входящим в программу Паралимпийских игр, Сурдлимпийских игр. | ОФО |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Раздел 2 | Тема 2. Физкультурно-спортивные организации и образовательные учреждения, осуществляющие подготовку спортсменов | 2 | 1. Охарактеризуйте проведение учебно-тренировочных мероприятий и других спортивных мероприятий.<br>2. Обеспечение спортивной экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием.<br><br>3. Обеспечение питанием на учебно-тренировочных мероприятиях и других спортивных соревнованиях,<br>4. Медицинское обслуживание, проезд на учебно-тренировочные мероприятия и другие спортивные соревнования, центры спортивной подготовки. | ОФО |
| Раздел 3 | Тема 3. Учебно-тренировочные программы подготовки спортсменов по различным видам спорта | 2 | 1. Программа спортивной подготовки по виду спорта «спорт глухих».<br>2. Программа спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями».<br>3. Программа спортивной подготовки по виду спорта Спорт лиц с поражением ода.<br>4. Программа спортивной подготовки по виду Спорта спорт слепых | ОФО |
| | Всего | 6 | | |

.

**5.3. Семинары**

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

**5.4. Лабораторные занятия**

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

**5.5. Практические занятия**

| № Раздела | Наименование занятий | Кол-во часов | Перечень учебных вопросов | Форма проведения | Практическая подготовка (ПП/ПНП) |
|---|---|---|---|---|---|
| *2 семестр* | | | | | |
| Раздел 1 | Структура многолетнего процесса подготовки спортсменов | 2 | 1.Назовите этапы многолетней подготовки спортсменов.<br>2.Перечислите стадии максимальной реализации индивидуальных спортивных возможностей. | ОФО | ПНП |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1.Роль спортивного процесса в достижении результата.<br>2.Перечислите стадии спортивного долголетия. | | |
| | Программа Паралимпийских и Сурдлимпийских игр. | 2 | 1. Охарактеризуйте Паралимпийское движение.<br>2. Дайте характеристику Сурдлимпийскому спорту.<br>1. Охарактеризуйте спортивное движение глухих России.<br>2. Перечислите особенности спорта глухих | ОФО | |
| Раздел 2 | Физкультурно-спортивные организации и образовательные учреждения, осуществляющие подготовку спортсменов | 2 | 1.Назовите физкультурно-спортивные организации и образовательные учреждения, осуществляющие подготовку спортсменов<br>2. Охарактеризуйте центры спортивной подготовки в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта<br>3.Дайте характеристику Федеральным центрам спортивной подготовки.<br>4.Дайте характеристику Региональным центрам спортивной подготовки. | ОФО | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | Проведение учебно-тренировочных мероприятий и других спортивных мероприятий | 2 | 1. Перечислите что входит в обеспечение спортивной экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием.<br>2.Дайте характеристику обеспечению питанием на учебно-тренировочных мероприятиях и других спортивных соревнованиях<br>3. Структура подготовки и проведение спортивных мероприятий.<br>4. Охарактеризуйте медицинское обслуживание, проезд на учебно-тренировочные мероприятия и другие спортивные соревнования, центры спортивной подготовки. | ОФО | ПНП |
| Раздел 3 | Учебно-тренировочные программы подготовки спортсменов по различным видам спорта | 2 | 1.Охарактеризуйте Программу спортивной подготовки по виду спорта «спорт глухих».<br>2.Роль учебно-тренировочных программ в процессе развития физических качеств. | ОФО | |
| | | | 1.Роль программы в освоении игровых навыков.<br>2. Охарактеризуйте Программу спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых». | | |
| | Учебно-тренировочные программы подготовки спортсменов по различным видам спорта | 2 | 1. Охарактеризуйте Программу спортивной подготовки по виду спорта Спорт лиц с поражением ода.<br>2. Охарактеризуйте Программу спортивной подготовки по виду | ОФО | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями». | | |
| | **Всего часов** | **12** | | | 4 |

**5.6. Клинические практические занятия**

Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

**5.7. Самостоятельная работа обучающихся**

| Наименование темы дисциплины или раздела | Вид самостоятельной внеаудиторной работы обучающихся / контроль самостоятельной работы | Оценочное средство | Кол-во часов/ кол-во час на ПНП+ПП | Код индикатора компетенции |
|---|---|---|---|---|
| Раздел 1. Структура многолетнего процесса подготовки спортсменов | Подготовка к дискуссии | Вопросы для дискуссии | 10 | Иук 2.3, ИПК 2.2, ИПК 3.2 |
| | Выполнение индивидуальных заданий (ПНП) | Индивидуальное задание | 20/10 | Иук 2.3, ИПК 2.2, ИПК 3.2 |
| Раздел 2. Физкультурно-спортивные организации и образовательные учреждения, осуществляющие подготовку спортсменов | Подготовка к дискуссии (ПНП) | Вопросы для дискуссии | 10/10 | Иук 2.3, ИПК 2.2, ИПК 3.2 |
| | Выполнение индивидуальных заданий (ПНП) | Индивидуальное задание | 10/10 | Иук 2.3, ИПК 2.2, ИПК 3.2 |
| Раздел 3. Учебно-тренировочные программы подготовки спортсменов по различным видам спорта | Написание реферата | Перечень тем рефератов | 20 | Иук 2.3, ИПК 2.2, ИПК 3.2 |
| | Выполнение индивидуальных заданий (ПНП) | Индивидуальное задание | 10/9 | Иук 2.3, ИПК 2.2, ИПК 3.2 |
| Раздел 1-3 | Подготовка к экзамену | Вопросы для собеседования Практические навыки | 37 | Иук 2.3, ИПК 2.2, ИПК 3.2 |
| **Всего часов** | | | 117/39 | |

**6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

1. Лекционный материал по дисциплине «Система подготовки спортивного резерва в Паралимпийском и Сурдлимпийском спорте».

2. Методические рекомендации к семинарским занятиям по дисциплине «Система

подготовки спортивного резерва в Паралимпийском и Сурдлимпийском спорте».

3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы по дисциплине «Система подготовки спортивного резерва в Паралимпийском и Сурдлимпийском спорте».

## 7. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

### 7.1 Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

| Код компетенции | Индикаторы | Семестр | Этап формирования |
|---|---|---|---|
| УК 2 | Иук 2.3 | 2 | промежуточный |
| ПК 2 | ИПК 2.2 | 2 | промежуточный |
| ПК 3 | ИПК 3.2 | 2 | промежуточный |

### 7.2 Описание показателей и критериев и шкал оценивания компетенций

УК-2. Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла

Иук 2.3 Разрабатывает концепцию проекта в рамках обозначенной проблемы,

формулируя цель, задачи, актуальность, значимость (научную, практическую, методическую и иную в зависимости от типа проекта), ожидаемые результаты и возможные сферы их применения

| Оцениваемый результат (показатель) | | Критерии оценивания | Процедура оценивания | |
|---|---|---|---|---|
| | | | Текущий контроль | Промежуточная аттестация |
| Знает | Анализирует цель, задачи, актуальность, значимость проекта в рамках обозначенной проблемы | Способен описать цель, задачи, актуальность проекта в рамках обозначенной проблемы | Собеседование | Собеседование |
| Умеет | Сопоставляет практическую, методическую значимость проекта на всех этапах его жизненного цикла | Умеет выявлять особенности практической, методической значимости | Решение ситуационных задач. | Итоговое индивидуальное задание |
| Владеет навыко | Применяет концепцию проекта в рамках обозначенной проблемы | Использует концепцию проекта в рамках обозначенной проблемы | Демонстрация практического навыка | Итоговое индивидуальное задание |

ПК-2. Способен разрабатывать, контролировать и корректировать индивидуальные программы развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, в том числе инвалидов

ИПК 2.2. Контролирует и корректирует тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей, занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей

| Оцениваемый результат (показатель) | | Критерии оценивания | Процедура оценивания | |
|---|---|---|---|---|
| | | | Текущий контроль | Промежуточная аттестация |
| Знает | Анализирует тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей, занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей | Способен описать характерные особенности тренировочных программ | Собеседование | Собеседование |
| Умеет | Сопоставляет тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей, занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей | Умеет сопоставлять средства, методы методики, тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей, занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей | Решение ситуационных задач. | Итоговое индивидуальное задание |
| Владеет навыком | Корректирует тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей, занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей | Вносит коррективы в тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей, занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей | Демонстрация практического навыка | Итоговое индивидуальное задание |

ПК-3. Осуществляет управление деятельностью организации, входящей в систему спортивной подготовки

ИПК 3.2. Проводит физкультурно-оздоровительную, физкультурно-массовую, спортивную и воспитательную работу с лицами, имеющими ограничения в состоянии здоровья, в том числе инвалидами

| Оцениваемый результат (показатель) | Критерии оценивания | Процедура оценивания | |
|---|---|---|---|
| | | Текущий контроль | Промежуточная аттестация |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Знает | Анализирует физкультурно-оздоровительную, физкультурно-массовую, спортивную и воспитательную работу с лицами, имеющими ограничения в состоянии здоровья, в том числе инвалидами | 1. Способен описать физкультурно-оздоровительную, физкультурно-массовую, спортивную и воспитательную работу с лицами, имеющими ограничения в состоянии здоровья, в том числе инвалидами | Собеседование | Собеседование |
| Умеет | Сопоставляет физкультурно-оздоровительную, физкультурно-массовую, спортивную и воспитательную работу с лицами, имеющими ограничения в состоянии здоровья, в том числе инвалидами | 1.Умеет выявить особенности в физкультурно-массовой, спортивной и воспитательной работе | Решение ситуационных задач | Итоговое индивидуальное задание |
| Владеет навыком | Внедряет физкультурно-оздоровительную, физкультурно-массовую, спортивную и воспитательную работу с лицами, имеющими ограничения в состоянии здоровья, в том числе инвалидами | 1.Учитывает особенности при составлении мероприятий для оздоровительной, физкультурной массовой, спортивной и воспитательной работе | Демонстрация практического навыка | Итоговое индивидуальное задание |

**Описание шкал оценивания**

В рамках балльно-рейтинговой системы успеваемость студентов по каждой дисциплине оценивается в ходе текущего контроля и промежуточной аттестации. Максимально возможный балл за текущий контроль устанавливается равным 5 баллов. Рейтинговый балл за работу в семестре формируется как среднее арифметическое за все виды работ обучающихся, предусмотренных рабочей программой дисциплины.

Рейтинговый балл, выставляемый студенту, фиксируется в специальной ведомости и доводится до сведения студентов.

**Шкала пересчета баллов по дисциплине при промежуточной аттестации в форме экзамена 2 семестр**

| *Балл* | *Оценка* | *Уровень сформированности компетенции* |
|---|---|---|
| от 4,5 до 5,0 | «отлично» | Высокий |
| от 3,5 до 4,4 | «хорошо» | Средний |
| от 2,5 до 3,4 | «удовлетворительно» | Пороговый |
| менее 2,5 | «неудовлетворительно» | Минимальный |

Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если теоретическое содержание дисциплины освоено полностью, обучающийся строит ответ на уровне самостоятельного мышления, грамотно и логично излагает изученный материал, не затрудняется с ответом,

делает обоснованные выводы и заключения, свободно применяет теоретические знания при решении практических задач;

Оценка «хорошо» ставится обучающемуся, если он строит ответ на уровне самостоятельного мышления, грамотно и логично излагает изученный материал, однако допускает отдельные неточности и пробелы в знаниях, свободно применяет теоретические знания при решении практических задач;

Оценка «удовлетворительно» ставится обучающемуся, усвоившему только базовую часть программного материала, при ответе допускает неточности, материал излагает непоследовательно, затрудняется применить теоретические знания при решении практической задачи, допускает ошибки, которые исправляет с помощью преподавателя;

Оценка «неудовлетворительно» ставится обучающемуся, который не способен продемонстрировать знания теоретического материала, допускает существенные ошибки при изложении учебного материала, при ответе подменяет теоретическую аргументацию рассуждениями обыденно-бытового характера. В ответе допускает грубые ошибки, которые не может исправить даже с помощью преподавателя.

**7.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

**7.3.1. Задания для форм текущего контроля, предусмотренного учебным планом (индивидуальное задание). Типовое задание:**

1. Подготовка доклада по теме
2. Написание тезисов, научной статьи.
3. Оформление презентации, иллюстрированного материала.
4. Графический материал и формы его представления
5. Первичная статистическая обработка результатов исследования.

**7.3.2.Вопросы для проверки уровня теоретической подготовки обучающегося (собеседование), вопросы для повторной промежуточной аттестации:**

1. Структура многолетнего процесса подготовки спортсменов.
2. Этапы многолетней подготовки спортсменов.
3. Стадии максимальной реализации индивидуальных спортивных возможностей.
4. Стадии спортивного долголетия.
5. Характеристика структуры тренировки как целостного процесса.
6. Циклы в зависимости от масштаба времени протекания тренировочного процесса.
7. Основные методические положения построения многолетнего процесса тренировки.
8. Основы построения процесса спортивной подготовки.
9. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в малых, средних и больших циклах подготовки (на примере избранного вида спорта).
10. Цикличность как основная закономерность спортивной тренировки.
11. Структура тренировочного процесса: макро, мезо, микроциклы.
12. Обоснование периодизации: факторы и условия, определяющие периодизацию.
13. Структура годичного цикла спортивной тренировки: подготовительный, соревновательный, переходный периоды.
14. Направленность годичного цикла спортивной тренировки, его содержание, особенности планирования средств, методов, нагрузки.
15. Варианты построения годичного цикла.

16. Средние циклы тренировки (мезоциклы). Типы мезоциклов. Направленность тренировочного процесса, основы построения.
17. Малые циклы (микроциклы), определяющие их структуру, типы микроциклов, особенности их планирования.
18. Задачи, средства и методы обшей и специальной физической подготовки.
19. Методы контроля над уровнем физической подготовленности (на примере избранного вида физкультурно-спортивной деятельности).
20. Понятия «физическая подготовка, «общая физическая подготовка» и «специальная физическая подготовка».
21. Цели и задачи общей и специальной физической подготовки.
22. Факторы, которые необходимо учитывать при рациональном построении многолетней спортивной тренировки
23. Задачи, средства и методы технико-тактической подготовки.
24. Методы контроля над уровнем технико-тактической подготовленности (на примере избранного вида физкультурно-спортивной деятельности).
25. Понятия «техника» и «тактика». Общая и специальная технико-тактическая подготовка, их основная направленность в зависимости от специфики спортивной деятельности.
26. Основные этапы технической подготовки. Задачи и содержание этапов углубленного освоения техники и совершенствования технического мастерства.
27. Основные критерии технического мастерства. Способы оценки эффективности техники.
28. Учет и контроль в подготовке спортсмена. Контроль над соревновательными и тренировочными воздействиями.
29. Контроль над состоянием подготовленности спортсмена. Самоконтроль спортсмена.
30. Понятие о комплексном контроле над тренировочным процессом. Оперативный, текущий, этапный виды контроля.
31. Характеристика групп тестов, используемых в комплексном контроле.
32. Контроль над факторами внешней среды.
33. Учет в процессе спортивной тренировки. Формы учета: предварительный, текущий, оперативный.
34. Многолетнее планирование, его особенности.
35. Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки.
36. Понятия «спортивный отбор», «спортивная специализация». Основные этапы отбора, их характеристика (направленность и содержание каждого этапа).
37. Прогностически значимые признаки, которые необходимо учитывать при массовом отборе юных спортсменов (физическое развитие, общая физическая подготовленность, функциональные возможности).
38. Этапы спортивного отбора. Методы отбора: антропометрические обследования, медико-биологические исследования, педагогические контрольные испытания (тесты), психологические обследования, социологические обследования.
39. Спортивная форма и фазы ее развития. Определение понятия «спортивная форма» Спортивная форма как стадия тренированности.
40. Продолжительность фаз приобретения, сохранения и утраты спортивной формы. Совпадение различных фаз с этапами годичного цикла.
41. Структура и способы проведения соревнований в избранном виде спорта.
42. Задачи и содержание процесса подготовки спортивного резерва в ДЮСШ.
43. Особенности процесса отбора и спортивной тренировки юных спортсменов в условиях детско-юношеских спортивных школ.
44. Критерии отбора в ДЮСШ.
45. Содержание видов подготовки в зависимости от возрастных этапов.

46. Особенности подготовки сборных команд, принципы комплектования. Содержание подготовки.
47. Организация и проведение тренировочных сборов. Критерии отбора в состав сборных команд.
48. Особенности спортивной тренировки сборных команд на примере конкретного возрастного этапа и вида спорта.
49. Подготовка сборной команды к соревнованиям, организация тренировочных сборов.
50. Организация проведения учебно-тренировочных и других спортивных мероприятий, обеспечение спортивной экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием.
51. Организация проведения учебно-тренировочных и других спортивных мероприятий, обеспечение проезда, питанием, медицинским обслуживанием.
52. Паралимпийское движение.
53. Сурдлимпийский спорт.
54. Спортивное движение глухих России.
55. Особенности спорта глухих.
56. Основные направления деятельности по совершенствованию подготовки спортивного резерва по видам спорта, входящим в программу Паралимпийских игр, Сурдлимпийских игр.
57. Типовые учебно-тренировочные программы подготовки спортсменов по различным видам спорта организация учебно-тренировочной деятельности.
58. Характеристика программы спортивной подготовки по виду спорта «спорт глухих».
59. Характеристика программы спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»
60. Характеристика программы спортивной подготовки по виду спорта Спорт лиц с поражением ода.

**Перечень практических навыков**

1.Провести сравнительный анализ паралимпийского и сурдлимпийского движений

2.Дать сравнительную характеристику организации массовой физкультурно-спортивной деятельности с инвалидами среднего и старшего возраста за рубежом и в России

3.Решение ситуационных задач по подбору соответствующих средств и методов развития физических качеств в учебно-спортивной деятельности

4.Решение ситуационных задач по составлению программы физических упражнений и профилактических мероприятий с учетом их индивидуальных особенностей, показаний и противопоказаний и физической нагрузки

5. Демонстрация практических навыков на учебно-тренировочных занятиях адаптивной физической культурой

6.Участие в дискуссии: «Программа Паралимпийских и Сурдлимпийских игр.»

7.Участие в дискуссии: «Проведение учебно-тренировочных мероприятий и других спортивных мероприятий»

8. Индивидуальные задания построения занятий по направлению когнитивного и двигательного (моторного) обучения, воспитания и развития лиц с ограниченными возможностями здоровья.

9.Индивидуальные задания по проведению занятия с использованием комплексов физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья методами и приемами адаптивного физического воспитания

**7.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний,**

**умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Порядок организации мероприятий текущего контроля, ликвидации текущей задолженности, проведения промежуточной аттестации соответствует требованиям Положения о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам бакалавриата, специалитета и магистратуры, принятого решением ученого совета от 31.08.2022, протокол №1, утвержденного приказом от 31.08.2022 №588-ОД.

Оценивание знаний, умений и навыков практической деятельности осуществляется в рамках оперативного текущего контроля успеваемости и посещаемости всех видов учебных занятий, самостоятельной работы обучающихся и промежуточной аттестации.

При проведении оперативного текущего контроля знаний, умений и навыков практической деятельности применяются следующие оценочные процедуры:

- демонстрация практических навыков.

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета, который выставляется по результатам работы в семестре, при сдаче всех видов учебных работ, предусмотренных текущим контролем успеваемости. Процедура зачета как отдельное контрольное мероприятие не проводится, оценивание знаний, умений и навыков обучающегося происходит по результатам текущего контроля.

Оценивание знаний, умений и владение обучающимся компетенциями при проведении промежуточной аттестации в форме экзамена осуществляется с помощью экзаменационных билетов. В экзаменационный билет включаются три теоретических вопроса и задание для проверки умения обучающимися применять теоретические знания для решения практических и профессионально ориентированных задач. Каждый экзаменационный вопрос и задание оценивается по пятибалльной шкале. Экзаменационные билеты утверждаются на заседании кафедры.

## 8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

### 8.1 Основная литература

| Печатные издания | Электронные издания |
|---|---|
| | 1. Особенности подготовки спортсменов-паралимпийцев к соревнованиям : монография / под редакцией А. В. Зюкина [и др.]. — Санкт-Петербург : РГПУ им. А. И. Герцена, 2018. — 175 с. — ISBN 978–5–8064–2607–0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/136718 |

### 8.2. Дополнительная литература

| Печатные издания | Электронные издания |
|---|---|
| 1. Международное спортивное, паралимпийское и сурдлимпийское движение : учеб. пособие для студ. вузов / сост.: З. В. Сапронова, И. В. Ерёмин, И. С. Бушенёва, А. Г. Криворучко. - Ставрополь : Изд-во СтГМУ, 2016. - 181 с. - Ссылка на книгу | 1. Юламанова, Г. М. Дух и тело (подготовка спортсменов с ограниченными физическими возможностями) : монография / Г. М. Юламанова. — Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2013. — 196 с. — ISBN 978-5-87978-898-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/56720 |

## 9. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. https://www.books-up.ru/ Большая медицинская библиотека (БМБ)
2. www.e.lanbook.com ЭБС ЛАНЬ

3. https://biblioclub.ru/ ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
4. www.studentlibrary.ru ЭБС «Консультант студента»

## 10. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение

| Наименование | Договор |
|---|---|
| Сервис проверки уникальности текста | Договор № 170/ЭТ от 11.08.2025 |
| 1С: Университет Проф | Договор № 27 от 30.04.2014 |
| kaspersky endpoint security | Контракт № 189/ЭТ от 25.08.2025 |
| Архиватор 7-zip | Бесплатный |
| Adobe Acrobat Reader DC | Бесплатный |
| Astra Linux Common Edition | Договор № 199/ЭТ от 12.09.2023 |
| 1С: Электронное обучение. Корпоративный университет | Договор № 78/ЭТ от 06.06.2022 |
| 1С: Электронное обучение. Веб-кабинет преподавателя и студента | Договор № 78/ЭТ от 06.06.2022 |
| Консультант Плюс | Договор № 299/ЭТ от 17.12.2024 |

## 11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.

Помещения для проведения учебных занятий в университете, соответствующие действующим санитарно-гигиеническим, противопожарным правилам и нормам

| Адрес | Наименование аудитории, № аудитории | Перечень оборудования |
|---|---|---|
| ул. Тухачевского, 2 | Аудитория для проведения занятий семинарского типа, текущего контроля и промежуточной аттестации кафедры физического воспитания и адаптивной физической культуры Ауд. 4 | Игровой спортивный зал оснащенный в соответствии с требованиями безопасности к местам проведения учебного процесса и инвентарю. Тренажеры, оборудование, муляжи: Антенны волейбольные на сетку. Барьер легкоатлетический регулируемый. Воланы для бадминтона. Граната для метания тренировочная. Борцовские маты 2*1*0,1м. Коврик гимнастический. Колодка стартовая стальная тренировочная. Комплекс волейбольных антенн. Конус тренировочный. Конус тренировочный (фишки) Мат. 1х2 (синий/желтый) Медбол TORRES 3 кг. Мостик гимнастический подкидной усиленный. Мяч баскетбольный. Мяч баскетбольный звенящий. Мяч волейбольный. Мяч для метания Мяч минифутбол. Мяч настольного тенниса. Мяч набивной масса 2 кг. Мяч футбольный. Мяч футбольный звенящий. Мяч футзальный. Насос для мячей. Обруч гимнастический. Палочка эстафетная. Ракетка бадминтонная. |

| | | |
|---|---|---|
| | | Ракетка теннисная. Сетка баскетбольная. Сетка волейбольная. Скакалка резиновая. Стойка волейбольная. Стойка для прыжков в высоту. Стойки бадминтонные передвижные, пара ГЛАВСПОРТ. Ядро тренировочное. Бревно напольное. Кольцо амортизационное. Мяч для голбола звенящий. Перекладина для подтягивания высокая. Платформа для прыжков в длину. Поддерживающая конструкция для защитных щитов. Скамья для наклонов вперед. Щит заградительный. Стол для настольного тенниса. Дротики. Мишень для дартс. |
| ул. Тухачевского, 2 | Аудитория для проведения занятий семинарского типа, Физического воспитания и адаптивной физической культуры Ауд. 5 | Фитнес-зал спортивно-оздоровительного комплекса оснащенный: Тренажеры, оборудование, муляжи: Бодибар. Гантели. Гиря пластиковая. Коврик гимнастический. Министеппер с комп. FR543-8101V Мяч для атлетических упраж. 2 кг Мяч для атлетических упраж. 3 кг Палка гимнастическая деревянная. Резинка для фитнеса – комплект съемных эспандеров, с ручками S-605. Стойка для бодибара на 8 шт. Стойка для гантелей на 8 пар. Утяжелители для ног Starfit WT-401 1 кг. Утяжелители для ног Starfit WT-401 1.5 кг. Беговая дорожка электрическая. Larsen TM 8460C. Контактная платформа для сгибания рук в упоре. Перекладина для подтягивания низкая. Лабораторное оборудование: Ростомер РМ 1 Диакомс. Весы напольные электронные. |
| ул. Тухачевского, 2 | Аудитория для проведения занятий семинарского типа, текущего контроля и промежуточной аттестации кафедры Физического воспитания и адаптивной физической культуры Ауд. 4 | Тренажерный зал оснащенный в соответствии с требованиями безопасности к местам проведения учебного процесса и инвентарю. Тренажеры, оборудование, муляжи: Гантели разборные Starfit. Гиря Титан вес 16кг. Гиря Титан вес 24кг. Гиря пластиковая. Гиря, масса 24кг, диаметр корпуса 210мм, высота 280мм, диаметр ручки 35мм. |

| | | |
|---|---|---|
| | | Гриф, 20 кг, диаметр 50мм. Гриф для штанги Премиум. Гриф для штанги Премиум ПРО+ на диам 50 мм. Гриф для штанги Хоум. Диск для силовых тренировок Iron-King Star (5 кг 50мл). Коврик гимнастический. Мяч набивной масса 1.5 кг. Пояс атлетический кожаный Starfit. Стойка с брусьями «Классик». Эспандер кистевой. Тренажер «Классик». Тренажер «Римский стул». Эллиптический тренажер HB-8189 ELL. Велотренажер. Велоэлипсоид Larsen .Мультистанция двухсторонняя 518 CF. Велотренажер Магнит. Скамья для пресса DFC. Homegym D6610. Станина для горизонтального жима лежа с набором атлетических дисков. Стойка брусья и пресс. Скамейка наклонная универсальная. Тренажер универсальный верхняя и нижняя тяга. Тренажер для сгибания и разгибания ног. Тренажер для жима ногами. Тренажер для жима от груди. Тренажер для сведения и разведения груди. Скамья горизонтальная. Стойка для приседания. Скамья с регулируемой спинкой и сиденьем. |
| ул. Тухачевского, 2 | Уличная спортивная площадка кафедры Физического воспитания и адаптивной физической культуры | Огороженная спортивная площадка 1000м2 с резиновым рулонным покрытием оснащенная: футбольными воротами с сеткой |
| ул. Тухачевского, 2 | Уличная спортивная площадка кафедры Физического воспитания и адаптивной физической культуры | Открытая спортивная площадка 450м2 оснащенная: Стойки для волейбола. Баскетбольные стойки. Амортизационные баскетбольные кольца. |

Помещения оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Рабочая программа дисциплины «Система подготовки спортивного резерва в паралимпийском и сурдлимпийском спорте»

Обсуждена
на заседании кафедры «Физического воспитания и адаптивной физической культуры», зав. кафедрой Марченко А.А.

Согласована и рекомендована к использованию в образовательном процессе для обучающихся по направлению подготовки 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) 2025 года набора заочной формы обучения 28.05.2025 г.

Руководитель ОПОП ВО Тарасенко И.Р.

Декан факультета гуманитарного и медико-биологического образования Федько Н.А.