

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ставропольский государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации  
Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

Наименование дисциплины	<b>Теория адаптивного спорта</b>
Направление подготовки	49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
Направленность (профиль)	Управление и организация физкультурной и спортивной подготовкой лиц с ограниченными возможностями здоровья, включая инвалидов
Форма обучения	заочная
Год начала подготовки	2025
Всего ЗЕТ	- 3
Всего часов	-108
Из них	
Контактная работа по видам занятий	-24
лекции	-8
практические занятия	-16
работы	
Самостоятельная работа	-80
Промежуточная аттестация	
Контрольная работа	
Зачет 5 семестр	- 4

## 1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель дисциплины - освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области теории спорта и подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности, изучение современных методик технико-тактической и физической подготовки спортсменов.

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 № 942.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к вариативной части блока 1. «Дисциплины» ОПОП, её изучение осуществляется в 5 семестре.

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

- «Система подготовки спортивного резерва в Паралимпийском и Сурдлимпийском спорте» (2 семестр);
- «Психолого-педагогическая диагностика личности занимающихся АФК» (2 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
<b>УК-1</b> Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий			
<b>Иук 1.1.</b> Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними	основные составляющие проблемной ситуации и связи между ними	анализировать проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними	Разрешения проблемной ситуации на основе анализа проблемы как системы, выявляя ее составляющие и связи между ними
<b>Иук 1.2.</b> Вырабатывает стратегию действий на основе критического	основные действия по разрешению проблемной ситуации	разрешать проблемную ситуацию на основе критического анализа	вырабатывать стратегию действий на основе критического анализа по разрешению проблемных ситуаций

анализа по разрешению проблемных ситуаций			
<b>ПК-2.</b> Способен разрабатывать, контролировать и корректировать индивидуальные программы развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, в том числе инвалидов			
<b>Ипк 2.2.</b> Контролирует и корректирует тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей	основные тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей	контролировать и корректировать тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья, в том числе инвалидов	Корректировки и контроля тренировочных программ по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей
<b>ПК-3.</b> Осуществляет управление деятельностью организации, входящей в систему спортивной подготовки			
<b>Ипк 3.1.</b> Осуществляет управленческие функции в спортивной организации	основные управленческие функции в спортивной организации	внедрять управленческие функции в спортивной организации	осуществления управленческих функций в спортивной организации

**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 консультации
5	Раздел 1. Сущность адаптивного спорта, его функции, формы и	4	8				2		38

	условия функционирования в обществе									
5	Раздел 2. Общая характеристика системы подготовки спортсменов с ОВЗ	4	8				2		42	
5	Промежуточная аттестация: зачет									
	<b>Итого по дисциплине:</b>	<b>8</b>	<b>16</b>				<b>4</b>		<b>80</b>	
	<b>Часов 108</b>   <b>Зач.ед. 3</b>									
	Объем профессиональной практической подготовки (ПП)	<b>0</b>					<b>0</b>			
	Объем профессионально направленной подготовки (ПНП)	<b>10</b>					<b>30</b>			

**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
<i>1 семестр</i>		
Иук 1.1. Иук 1.2. ИПК 2.2. ИПК 3.1.	Раздел 1. Сущность адаптивного спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе	Введение в теорию адаптивного спорта. Определение исходных понятий: «адаптивный спорт», «система спортивной подготовки», «спортивная форма» и др. Сущность и функции адаптивного спорта. Понятия «спортивный результат», «спортивный рекорд». Медицинская и функциональная классификация. Дисциплина. Основные цель, задачи, средства, принципы и методы спортивной подготовки. Понятия «спортивная техника», «техническая подготовка», «психологическая подготовка», «стратегия», «спортивная тактика» и др. Особенности и виды спортивной тактики. Варианты построения годичной тренировки. Контроль и учет в спортивной подготовке. Приемы дозирования и регулирования нагрузки. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки. Теоретико-методологические основы спортивного отбора и спортивной ориентации.

<p>Иук 1.1. Иук 1.2. ИПК 2.2. ИПК 3.1.</p>	<p>Раздел 2. Общая характеристика системы подготовки спортсменов с ОВЗ</p>	<p>Спортивные состязания, спортивная тренировка и другие факторы в системе подготовки спортсмена; их роль и соотношение как "подсистем" в системе спортивной подготовки. Спортивная тренировка - основа (главный компонент и основная форма) подготовки спортсмена; специфические особенности, отличающие тренировку от других факторов и условий спортивного совершенствования. Совокупность внутренировочных и внесоревновательных факторов ("экзофакторов"), дополняющих спортивную тренировку и соревнования, усиливающих их эффект и оптимизирующих восстановительные процессы; условия включения данных факторов в систему подготовки спортсмена. Основные педагогические закономерности и принципы подготовки спортсменов. Соотношение закономерностей и принципов спортивной подготовки. Соответствие системы принципов целям и закономерностям тренировочного процесса. Основания выделения принципов, их классификация. Принципы направленности к максимуму достижений, углубленной специализации и индивидуализации; единства общей и специальной подготовки спортсмена; непрерывности тренировочного процесса, единства постепенности увеличения нагрузки и тенденции к предельным нагрузкам; волнообразности и вариативности нагрузок; цикличности тренировочного процесса, единства и взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности. Характерные особенности и пути их реализации в практике адаптивного спорта. Показатели соревновательных нагрузок в годичном цикле у спортсменов. Особенности индивидуальной системы соревнований в связи с профессионализацией спорта.</p>
--	--	--

## 5.2. Лекции

№ Раздела	Наименование лекций	Кол-во часов	Перечень учебных вопросов	Форма проведения
<i>1 семестр</i>				
Раздел 1	<b>Тема1.</b> Характеристика основных понятий в области адаптивного спорта	2	1. Введение в теорию адаптивного спорта. Определение исходных понятий: «адаптивный спорт», «система спортивной подготовки», «спортивная форма» и др. 2. Сущность и функции адаптивного	ОФО

			спорта. Понятия «спортивный результат», «спортивный рекорд». 3.Медицинская и функциональная классификация. Дисквалификация.	
Раздел 1	<b>Тема 2.</b> Особенности спортивной подготовки спортсменов с ОВЗ	2	1.Основные цель, задачи, средства, принципы и методы спортивной подготовки, 2. Понятия «спортивная техника», «техническая подготовка», «психологическая подготовка» и д.р. 3.Понятия «стратегия» и «спортивная тактика». Особенности и виды спортивной тактики.	ОФО
Раздел 2	<b>Тема3.</b> Планирование тренировочного процесса	4	1.Варианты построения годичной тренировки. Контроль и учет в спортивной подготовке. 2.Приемы дозирования и регулирования нагрузки. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в системе подготовки. 3.Теоретико-методологические основы спортивного отбора и спортивной ориентации. 4. Тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей 5. Основные управленческие функции в спортивной организации.	ОФО
	Всего часов	8		8

### 5.3. Семинарские занятия

№ Раздела	Наименование семинарских занятий	Кол-во часов	Перечень учебных вопросов	Форма проведения	Практическая подготовка (ПП/ПНП)
<i>1 семестр</i>					
Раздел 1.	<b>Тема 1.</b> Структура и особенности соревновательной деятельности.	2	1.Моделирование соревновательной деятельности как одно из важных условий целенаправленного совершенствования отдельных сторон подготовленности спортсменов, обеспечивающих достижение запланированных результатов в соревнованиях. 2.Содержание и особенности моделей соревновательной	ОФО	ПНП

			деятельности в некоторых видах спорта		
Раздел 1.	<b>Тема 2.</b> Спортивные состязания, спортивная тренировка и другие факторы в системе подготовки спортсмена; их роль и соотношение как "подсистем" в системе спортивной подготовки.	2	<p>1. Спортивная тренировка - основа (главный компонент и основная форма) подготовки спортсмена; специфические особенности, отличающие тренировку от других факторов и условий спортивного совершенствования.</p> <p>2.Совокупность внутренировочных и внесоревновательных факторов ("экзофакторов"), дополняющих спортивную тренировку и соревнования, усиливающих их эффект и оптимизирующих восстановительные процессы; условия включения данных факторов в систему подготовки спортсмена.</p> <p>3.Основные педагогические закономерности и принципы подготовки спортсменов. Соотношение закономерностей и принципов спортивной подготовки. Соответствие системы принципов целям и закономерностям тренировочного процесса. Основания выделения принципов, их классификация.</p> <p>4. Принципы направленности к максимуму достижений, углубленной специализации и индивидуализации; единства общей и специальной подготовки спортсмена; непрерывности тренировочного процесса, единства постепенности увеличения нагрузки и тенденции к предельным нагрузкам; волнообразности и вариативности нагрузок; цикличности тренировочного процесса, единства и взаимосвязи структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности.</p>	ОФО	ПНП
	<b>Тема 3.</b> Цели, задачи,	2	1.Типы задач, детализирующих содержание главной цели	ОФО	ПНП

	<p>средства и методы спортивной подготовки</p>		<p>подготовки. Характеристика задач в области физической, технической, тактической, психологической, интеллектуальной (теоретической) и интегральной подготовки.</p> <p>Требования к формулировке и конкретизации целей и задач подготовки.</p> <p>2. Факторы, обуславливающие выполнение долгосрочных целей (на тренировочный год, отдельный микроцикл годичной подготовки).</p> <p>3. Критерии и разновидности классификации средств спортивной подготовки.</p> <p>4. Соревновательные, специально-подготовительные и общеподготовительные упражнения как основные специфические средства подготовки. Характеристика общепедагогических и других средств подготовки спортсменов.</p> <p>5. Критерии классификации методов спортивной подготовки: по виду подготовки, способу получения информации, характеру выполнения физической нагрузки и т.д. Их содержание и характерные особенности.</p>		
<p>Раздел 2.</p>	<p><b>Тема 4.</b> Разновидности подготовки спортсмена, их взаимосвязь и особенности в совместной деятельности тренера и спортсменов</p>	2	<p>1. Физическая подготовка - основа спортивного мастерства. Понятие о физической подготовке спортсмена, ее виды и взаимосвязь.</p> <p>2. Основные задачи и содержание общей и специальной физической подготовки. Соотношение общей и специальной физической подготовки в зависимости от специфики вида спорта, возраста, квалификации спортсменов, этапов годичного и многолетнего циклов.</p> <p>3. Техническая подготовка. Содержание понятий:</p>	ОФО	ПНП

			<p>техническая подготовка, спортивная техника, техническое мастерство. Объективные критерии оценки технического мастерства. Значение технической подготовки в отдельных видах спорта, ее виды и основные задачи. Основы методики технической подготовки в процессе тренировки.</p> <p>4.Тактическая подготовка как педагогический процесс, направленный на овладение рациональными (эффективными) способами ведения соревновательной борьбы спортсменом или командой.</p> <p>5.Содержание понятий: спортивная тактика, спортивно-тактическое мастерство, тактический замысел, тактический план.</p> <p>Особенности тактики в различных видах спорта. Основа спортивно-тактического мастерства - тактические знания, умения, навыки и качества тактического мышления. Задачи, содержание и методика тактической подготовки в различных видах спорта.</p> <p>6.Психологическая подготовка спортсмена, ее содержание, виды и значение. Задачи, средства и методы общей и специальной психологической подготовки. Роль психодиагностики в процессе психологического обеспечения спортивной деятельности.</p> <p>7.Интеллектуальная (теоретическая) подготовка спортсмена, ее значение и место в процессе тренировки, связь с другими видами подготовки. Содержание, пути и формы интеллектуального образования и воспитания интеллектуальных способностей в процессе</p>	
--	--	--	--	--

			<p>подготовки спортсменов.</p> <p>8.Интегральная подготовка как процесс обеспечения слаженности комплексных проявлений всех сторон подготовленности в соревновательной деятельности. Задачи, средства и методы интегральной подготовки.</p>		
Раздел 2.	<b>Тема 5.</b> Структура тренировочного процесса как основа его целостной упорядоченности.	4	<p>1.Структура отдельных тренировочных занятий, тренировочных дней и малых циклов тренировки (микроциклов). Факторы и условия, влияющие на их структуру. Типы микроциклов.</p> <p>2.Структура средних циклов тренировки (мезоциклов). Факторы и обстоятельства, влияющие на построение тренировки в рамках средних циклов. Типы средних циклов.</p> <p>3.Структура больших циклов тренировки (макроциклов) типа годовых, полугодовых и многолетних. Факторы и условия, влияющие на структуру макроциклов.</p> <p>4.Особенности построения тренировки в подготовительном, соревновательном и переходном периодах большого тренировочного цикла.</p> <p>5.Спортивная тренировка как многолетний процесс. Стадии и этапы многолетнего пути спортивного совершенствования. Главные тенденции изменения структуры и содержания тренировки на этих этапах.</p>	ОФО	ПНП
Раздел 2.	<b>Тема 6.</b> Содержание и технология перспективного, текущего и оперативного планирования подготовки спортсменов	4	<p>1.Планирование, контроль и учет как необходимые организационно-методические условия эффективности управления подготовкой спортсменов. Образцы документов планирования.</p> <p>2.Комплексный контроль и учет в подготовке спортсмена.</p>	ОФО	

			Разновидности контроля: оперативный, текущий, этапный. Их содержание и направленность. 3. Назначение, содержание и технология контроля за соревновательными и тренировочными воздействиями, состоянием подготовленности спортсмена и факторами внешней среды. 4. Учет в процессе подготовки спортсмена, его значение, формы, содержание и технология проведения. Основные документы учета.		
	<b>Всего часов</b>	<b>16</b>		<b>16</b>	<b>10</b>

**5.4. Лабораторные занятия** - Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

**5.5. Практические занятия** - Данный вид работы не предусмотрен учебным планом

**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. Сущность адаптивного спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе	Подготовка к дискуссии	Вопросы для дискуссии	20	Иук 1.1. Иук 1.2. Ипк 2.2. Ипк 3.1.
	Выполнение индивидуальных заданий (ПНП)	Индивидуальное задание	24/24	Иук 1.1. Иук 1.2. Ипк 2.2. Ипк 3.1.
	Контроль самостоятельной работы	Индивидуальное задание	2	Иук 1.1. Иук 1.2. Ипк 2.2. Ипк 3.1.
Раздел 2. Общая характеристика системы подготовки спортсменов с ОВЗ	Подготовка к дискуссии	Вопросы для дискуссии	18	Иук 1.1. Иук 1.2. Ипк 2.2. Ипк 3.1.
	Выполнение индивидуальных заданий (ПНП)	Индивидуальное задание	14/6	Иук 1.1. Иук 1.2. Ипк 2.2. Ипк 3.1.

	Контроль самостоятельной работы	Индивидуальное задание	2	Иук 1.1. Иук 1.2. Ипк 2.2. Ипк 3.1.
<b>Всего часов</b>			<b>80/30</b>	

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

1. Лекционный материал по дисциплине «Теория адаптивного спорта».
2. Методические рекомендации к семинарским занятиям по дисциплине «Теория адаптивного спорта».
3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы по дисциплине «Теория адаптивного спорта».

## 7. Фонд оценочных средств для проведения 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-1	Иук 1.1.	5	начальный, промежуточный
	Иук 1.2.	5	начальный, промежуточный
ПК-2	Ипк 2.2.	5	промежуточный
ПК-3	Ипк 3.1.	5	промежуточный

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

**Компетенция УК-1** Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий

**Индикатор Иук 1.2.** Анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними

Оцениваемый результат (показатель)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	основные составляющие проблемной ситуации и связи между ними	Перечисляет основные составляющие проблемных ситуаций в физкультурно-спортивной деятельности и обосновывает связи между ними	Опрос	Собеседование
	анализировать проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними	Определяет основные и второстепенные составляющие проблемной ситуации, анализирует ее в целом и ее составляющие	Участие в дискуссии	Собеседование

Владеет навыком	разрешения проблемной ситуации на основе анализа проблемы как системы, выявляя ее составляющие и связи между ними	Демонстрирует навык разрешения проблемной ситуации на основе анализа проблемы как системы	Демонстрация практического навыка	Собеседование
-----------------	---	---	-----------------------------------	---------------

**Индикатор УК 1.2.** Вырабатывает стратегию действий на основе критического анализа по разрешению проблемных ситуаций

Оцениваемый результат (показатель)		Критерии оценивания	Процедура оценивания	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
Знает	основные действия по разрешению проблемной ситуации	Перечисляет основные действия, методы, способы, этапы разрешения проблемных ситуаций в физкультурно-спортивной деятельности	Участие в дискуссии	Собеседование
Умеет	разрешать проблемную ситуацию на основе критического анализа	Формулирует суть проблемы на основе ее критического анализа, находит пути решения проблемной ситуации	Индивидуальное задание	Собеседование
Владеет навыком	вырабатывать стратегию действий на основе критического анализа по разрешению проблемных ситуаций	Разрабатывает стратегию решения проблемной ситуации	Демонстрация практического навыка	Собеседование

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

**Индикатор ПК 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	основные тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей	Перечисляет основные тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических способностей занимающихся; знает содержание и структуру тренировочных программ	Опрос	Собеседование
Умеет	контролировать и корректировать тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья, в том числе инвалидов	Вносит коррективы в тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья, в том числе инвалидов, контролирует их эффективность	Участие в дискуссии	Собеседование
Владеет навыком	Корректировки и контроля тренировочных программ по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей	Самостоятельно разрабатывает тренировочные программы по развитию и совершенствованию физических и психических качеств и способностей занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей, корректирует их содержание на основе контроля эффективности	Индивидуальное задание	Собеседование

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

**Индикатор ПК 3.1.** Осуществляет управленческие функции в спортивной организации

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

Знает	основные управленческие функции в спортивной организации	Перечисляет основные управленческие функции в спортивной организации. Рассуждает об их эффективности, отличиях и связи	Опрос	Собеседование
Умеет	внедрять управленческие функции в спортивной организации	Вносит предложения по выполнению функций руководителя спортивной организации: планирование, организация, управление и контроль	Участие в дискуссии	Собеседование
Владеет	осуществления управленческих функций в спортивной организации	Демонстрирует навык осуществления управленческих функций в спортивной организации	Индивидуальное задание	Собеседование

#### Описание шкал оценивания

В рамках балльно-рейтинговой системы успеваемость студентов по 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 за экзамен формируется из следующих составляющих: оценка практических навыков; собеседование по экзаменационным вопросам.

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

#### Шкала пересчета баллов по дисциплине при промежуточной аттестации в форме зачета 1 семестр

Балл	Оценка
от 2,5 до 5,0	«зачтено»
менее 2,5	«незачтено»

### 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

Зачет выставляется по результатам работы в семестре, при сдаче всех контрольных мероприятий, предусмотренных текущим контролем успеваемости. Процедура зачета как отдельное контрольное мероприятие не проводится, оценивание знаний обучающегося происходит по результатам текущего контроля.

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

1. Дать определение понятий:

1. Спорт –
2. Спортивная деятельность –
3. Физическая подготовка –
4. Физическое развитие –
5. Физические упражнения –
6. Техника –
7. Скорость движения –
8. Сила движения –
9. Нагрузка –

10. Обучение –
11. Совершенствование –
12. Двигательное знание –
13. Двигательное умение –
14. Двигательный навык –
15. Физические способности –
16. Мышечная сила –
17. Скоростные способности –
18. Координационные способности –
19. Выносливость –
20. Гибкость –
21. Структура урока –
22. Спортивное соревнование –
23. Спортивное состязание –
24. Спортивный результат –
25. Спортивное достижение –
26. Спортивный рекорд –
27. Спортивная тренировка –
28. Физическая подготовка –
29. Физическая подготовленность –
30. Тактика –
31. Психологическая подготовка –
32. Цикл –
33. Микроструктура –
34. Макроструктура –
35. Мезоструктура –

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

1. Основные тенденции развития адаптивного спорта и системы спортивной подготовки.
2. Формирование теории спорта. Становление и развитие научно-методических основ системы спортивной подготовки.
3. Спортивные результаты как атрибут адаптивного спорта. Факторы и тенденции их динамики.
4. Социальные функции адаптивного спорта и направления спортивного движения в обществе.
5. Система спортивных соревнований для людей с ОВЗ (на примере конкретного вида спорта). Соревновательная нагрузка в виде спорта. Нагрузка соревновательного упражнения.
6. Содержание и особенности соревновательной деятельности спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
7. Обоснование использования соревнований в совершенствовании тактической подготовки спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
8. Средства и методы спортивной тренировки (на примере конкретного вида спорта).
9. Тренировочные и соревновательные нагрузки, их классификация и компоненты (на примере конкретного вида спорта).
10. Закономерности и принципы спортивной тренировки.
11. Основные разделы в подготовке спортсмена. Стороны подготовленности, определяющие уровень спортивных достижений на различных этапах подготовки (на примере конкретного вида спорта).

12. Особенности специальной физической подготовки в виде спорта.
13. Обоснование теории «критических» периодов онтогенеза в совершенствовании методики воспитания двигательных способностей юных спортсменов (на примере конкретного вида спорта).
14. Методика воспитания силовых способностей у спортсменов с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
15. Методика воспитания быстроты спортсменов у спортсменов с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
16. Методика воспитания двигательно-координационных способностей у спортсменов с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
17. Соотношение ОФП и СФП, технической подготовки на этапах годового цикла, в многолетней подготовке (на примере конкретного вида спорта).
18. Особенности средств подготовки на этапах годового цикла, в многолетней подготовке спортсмена (на примере конкретного вида спорта).
19. Задачи и содержание специальной технической подготовки спортсмена с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
20. Задачи и содержание специальной тактической подготовки спортсмена с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
21. Задачи и содержание специальной психологической подготовки спортсмена с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
22. Тренировка сознания как фактор совершенствования спортивной деятельности (на примере конкретного вида спорта).
23. Интегральная подготовленность и основы интегральной подготовки (на примере конкретного вида спорта).
24. Построение тренировочных нагрузок в подготовке спортсмена на этапах годового цикла, в многолетней подготовке (на примере конкретного вида спорта).
25. Обоснование построения тренировочных нагрузок с юными спортсменами с ОСЗ на этапе начальной спортивной специализации (углубленной тренировки, спортивного совершенствования) (на примере конкретного вида спорта).
26. Методика построения отдельного тренировочного занятия в виде спорта.
27. Особенности построения годового цикла подготовки, этапов подготовки (на примере конкретного вида спорта).
28. Отбор и ориентация спортсмена с ОСЗ в многолетней подготовке. Отбор спортсмена в группы НП, УТГ, ГСС.
29. Обоснование содержания и форм спортивного отбора в видах спорта (на примере конкретного вида спорта).
30. Обоснование методики использования количественно-качественных показателей спортивных тестов для отбора детей с ОСЗ в различные виды спорта (на примере конкретного вида спорта).
31. Контроль физических качеств спортсмена с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
32. Контроль соревновательной деятельности в виде спорта.
33. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок в виде спорта.
34. Моделирование в спорте. Состав и содержание модельных характеристик (на примере конкретного вида спорта).
35. Средства восстановления и стимуляции работоспособности в подготовке спортсмена с ОСЗ (на примере конкретного вида спорта).
36. Соревнования и тренировка в условиях среднегорья и высокогорья, в условиях жаркого и холодного климата.
37. Соревнования и тренировка в связи с изменениями географического пояса и погодных условий.

38. Тренажеры в системе спортивной подготовки. Диагностическая и управляющая аппаратура в подготовке спортсмена с ОВЗ (на примере конкретного вида спорта).

#### 7.4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Оценивание сформированности компетенции осуществляется на практических занятиях в ходе текущего контроля. Промежуточная аттестация проводится по окончании 5 семестра обучения и включает оценку практических навыков и собеседование.

### 8. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

#### 8.1 Основная литература

Печатные издания	Электронные издания
	<p>1. Касмакова, Л. Е. Адаптивный спорт в России и мировом сообществе : учебно-методическое пособие / Л. Е. Касмакова, Л. Ю. Коткова. — Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2017. — 71 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/156420">https://e.lanbook.com/book/156420</a></p> <p>2. Методика и практика организации адаптивного спорта в педагогическом вузе : учебное пособие / Р. Р. Магомедов, М. Р. Попова, Н. О. Щупленков [и др.] ; под редакцией Р. Р. Магомедова. — Ставрополь : СГПИ, 2018. — 376 с. — ISBN 978-5-903998-23-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/117684">https://e.lanbook.com/book/117684</a></p>

#### 8.2 Дополнительная литература

Печатные издания	Электронные издания
<p>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. - <a href="#">Ссылка на книгу</a></p>	<p>1. Арнст, Н. В. Физическая культура. Теоретические основы адаптивного спорта : учебное пособие / Н. В. Арнст. — Красноярск : СибГУ им. академика М. Ф. Решетнёва, 2020. — 94 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/195084">https://e.lanbook.com/book/195084</a></p>

### 9. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. <https://www.books-up.ru/> Большая медицинская библиотека (БМБ)
2. [www.e.lanbook.com](http://www.e.lanbook.com) ЭБС ЛАНЬ
3. <https://biblioclub.ru/> ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
4. [www.studentlibrary.ru](http://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. 1x2 (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

		<p>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.</p>
ул. Тухачевского, 2	<p>Аудитория для проведения занятий семинарского типа, Физического воспитания и адаптивной физической культуры Ауд. 5</p>	<p>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.</p>
ул. Тухачевского, 2	<p>Аудитория для проведения занятий семинарского типа, текущего контроля и промежуточной аттестации кафедры Физического воспитания и адаптивной физической культуры Ауд. 4</p>	<p>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.</p>

		<p>Тренажер «Классик». Тренажер «Римский стул». Эллиптический тренажер НВ-8189 ELL. Велотренажер. Велозипсоид Larsen .Мультистанция двухсторонняя 518 CF. Велотренажер Магнит. Скамья для прессы DFC. Homegym D6610. Станина для горизонтального жима лежа с набором атлетических дисков. Стойка бруска 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.</p>
ул. Тухачевского, 2	Уличная спортивная площадка кафедры Физического воспитания и адаптивной физической культуры	Огороженная спортивная площадка 1000м <sup>2</sup> 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 450м <sup>2</sup> 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 «Теория адаптивного спорта»

Разработана и 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 (специальности) 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.