

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)

Институт физического воспитания и спорта  
Кафедра адаптивной физической культуры и физической реабилитации



Директор Института физического  
воспитания и спорта  
А.Г. Черноштан  
«01» февраля 2024г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Адаптивный спорт**

По направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль подготовки – Физическая реабилитация

Квалификация выпускника – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

Курс – ОФО – 3 курс (5, 6 семестр), ЗФО – 3, 4 курс (9, 10 триместр)

Луганск, 2024

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), и профилю Физическая реабилитация очной и заочной форм обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 сентября 2017 года № 942 (с изменениями и дополнениями) и Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.10.2013 г. №544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Минтруда Российской Федерации от 02 апреля 2019 № 197н «Об утверждении профессионального стандарта «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», Профессиональным стандартом, утвержденным Приказом Минтруда Российской Федерации от 18 июня 2020 № 352н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по реабилитационной работе в социальной сфере».

#### СОСТАВИТЕЛИ:

профессор кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации ФГБОУ ВО «ЛГПУ», доктор медицинских наук, профессор

**Иванова Лариса Николаевна**

ассистент кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации ФГБОУ ВО «ЛГПУ»

**Мелешко Екатерина Александровна**

Утверждена на заседании кафедры адаптивной физической культуры и физической реабилитации

Протокол от «24» января 2024 г., № 8.

Заведующий кафедрой адаптивной физической культуры и физической реабилитации

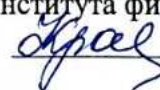


А.В. Ермоленко

Одобрена на заседании учебно-методической комиссии Института физического воспитания и спорта

Протокол от «31» января 2024 г., № 5


Председатель учебно-методической комиссии Института физического воспитания и спорта



О.П. Крайнюк

#### СОГЛАСОВАНО:

И.о. заведующего  
учебно-методическим отделом



В.В. Савенков

«  »            20

## **Структура и содержание учебной дисциплины**

### **1. Цели и задачи учебной дисциплины**

**Целью изучения учебной дисциплины** усвоение теоретических и методических знаний спортивной тренировки для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, развитие адаптивного спорта в современном обществе.

#### **Задачи дисциплины:**

- формирование и развитие у студентов потребности в активных занятиях спортом для гармоничного, разностороннего развития, совершенствования как физических, так и духовных (интеллектуальных, нравственных, эстетических и других) способностей;
- способствовать восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной, профессиональной и бытовой деятельности больных, инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья средствами адаптивного спорта;
- обеспечивать возможности более полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушениями здоровья;
- обеспечивать освоение новых способов реализации основных видов жизнедеятельности человека, исходя из его оставшихся функций;
- проводить комплекс мероприятий по оздоровлению и отдыху организма человека;
- осуществлять психотерапевтические меры по недопущению и устранению психологических комплексов, обусловленных тем или иным заболеванием (травмой, дефектом) человека или видом инвалидности.

### **2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО.**

Учебная дисциплина «Адаптивный спорт» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений, дисциплин подготовки для студентов.

Дисциплина реализуется кафедрой адаптивной физической культуры и физической реабилитации.

Необходимыми условиями для освоения учебной дисциплины являются:

*знания* анатомии, физиологии человека, теории и организации адаптивной физической культуры;

*умения* самостоятельно изучать и понимать специальную (отраслевую) научную литературу;

*навыки* работы с различными источниками информации, наблюдения.

Содержание дисциплины является логическим продолжением содержания дисциплин «Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре», «Методика преподавания коррекционных и оздоровительных игр у лиц с ОВЗ» и служит основой для дальнейшего освоения дисциплин: «Методы и техники физической реабилитации», «Обучение лиц с ООП в специальных и инклюзивных образовательных учреждениях».

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Код по ФГОС ВО	Индикатор достижения	Результаты обучения по дисциплине
Общепрофессиональные		
ОПК-9 Способен развивать компенсаторные возможности, оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека для различных нозологических форм, видов инвалидности, возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	ОПК-9.1 Способен формулировать и применять технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма; формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности. ОПК-9.2 Способен дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей. ОПК-9.3 Способен к созданию условий развития компенсаторных возможностей организма человека.	Знает: функции организма, способные частично или полностью заменить навсегда утраченные в результате заболевания или травмы; современные методы развития компенсаторных функций организма при различных последствиях заболеваний и травм; технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма. Умеет: формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности; дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей; оценивать эффективность компенсаторной деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; корректировать содержание и направленность компенсаторной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями организма человека. Владеет навыками: создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека; применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной

		<p>деятельности при заболеваниях и повреждениях у различных возрастных групп; анализа полученных результатов развития компенсаторных возможностей функций организма человека и соотнесения полученных результатов развития компенсаторных функций с поставленными целями и задачами.</p>
<p>ОПК-11 Способен проводить работу по предотвращению применения допинга в адаптивном спорте.</p>	<p>ОПК-11.1 Способен вести разработки методик антидопинговых программ для различной целевой аудитории.</p> <p>ОПК-11.2 Способен разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p> <p>ОПК-11.3 Способен к анализу эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе, размещение на сайтах физкультурноспортивных организаций.</p>	<p>Знает: международные стандарты в области противодействия применению допинга в спорте; международные антидопинговые правила и стандарты; антидопинговое законодательство Российской Федерации; современные методики составления просветительских программ и информационных мероприятий; методики разработки антидопинговых программ для различной целевой аудитории; содержание учебных программ и принципы организации антидопинговых мероприятий; международные этические нормы в области противодействия применению допинга; планы антидопинговых мероприятий.</p> <p>Умеет: представлять информационные материалы по информационным антидопинговым программам; изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению</p>

		<p>антидопинговых программ; оформлять к изданию программы, информационные материалы, методики проведения практических занятий, наглядные материалы, задания для всех категорий слушателей по основам противодействия применению допинга; изучать и систематизировать информацию для разработки антидопинговых программ; разрабатывать аналитические материалы по итогам изучения документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга.</p> <p>Владеет навыками: выбора формы и способа проведения профилактического информационного антидопингового мероприятия; проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; изучения международных антидопинговых программ, документов международных организаций по вопросам противодействия применению допинга в спорте; изучения нормативной базы международных организаций по вопросам противодействия допингу в спорте; внесения обоснованных предложений по решению актуальных проблем, связанных с совершенствованием профилактической работы в</p>
--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		области противодействия применению допинга в спорте; анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам; разработки и распространения методических материалов, направленных на противодействие применению допинга в спорте, в том числе, размещение на сайтах физкультурно-спортивных организаций; осуществления взаимодействия с заинтересованными специалистами и организациями по подготовке и изданию антидопинговых материалов.
--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## 4. Структура и содержание учебной дисциплины

### 4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов / зач.ед.	
	Очная форма	Заочная форма
<b>Общая учебная нагрузка</b>	<b>144 (4 з.е.)</b>	<b>144 (4 з.е.)</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего часов)</b>	<b>48</b>	<b>16</b>
<b>в том числе:</b>		
Лекции	12	4
Семинарские занятия	-	-
Практические занятия (в том числе интерактив)	36	12
Лабораторные работы	-	-
Контрольные работы	-	-
Контроль	4	4
Курсовая работа (курсовой проект)	-	-
Другие формы и методы организации образовательного процесса ( <i>групповые дискуссии, ролевые игры, тренинг, компьютерные симуляции, интерактивные лекции, семинары, анализ деловых ситуаций и т.п.</i> )	-	-
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>92</b>	<b>124</b>
Форма аттестации	<b>зачет</b>	<b>зачет</b>



## **4.2. Содержание разделов дисциплины**

### **Раздел I. Адаптивный спорт.**

**Тема 1. Адаптивный спорт. Задачи и направления адаптивного спорта.** Отличительные черты адаптивного спорта. Главная цель адаптивного спорта – социализация инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья и повышение уровня качества жизни через участие в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности, стремление к максимально возможной самореализации в одном из видов адаптивного спорта. Основные задачи адаптивного спорта: 1) достижение максимального (рекордного) результата в конкретном виде адаптивного спорта; 2) овладение высоким уровнем спортивного мастерства, формирование спортивной культуры инвалидов, приобщение их к историческому опыту в данной сфере; 3) освоение мобилизационных, технологических, интеллектуальных и других ценностей физической культуры; 4) освоение новых социальных ролей и функций, расширение круга лиц для осуществления коммуникативной деятельности; 5) повышение уровня качества их жизни и др.

**Тема 2. Адаптивный спорт в системе реабилитации различных категорий лиц с отклонениями в состоянии здоровья.** Ведущие функции адаптивного спорта: соревновательная, развивающая, учебно-познавательная, воспитательная, ценностно-ориентационная, творческая, профилактическая, функция самовоспитания, престижная, интегративная. Ведущие принципы – социальные: социализации, интеграции, приоритетной роли микросоциума; общеметодические: сознательности и активности, систематичности, доступности, научности; специально-методические: индивидуализации, диагностирования, адекватности, оптимальности и вариативности. Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте. Организация спорта инвалидов в России и в мире.

### **Раздел II. Международное Параолимпийское движение (МПД).**

**Тема 3. Международное Параолимпийское движение.** Паралимпийское движение – основное направление развития адаптивного спорта. История паралимпийского движения. Спортивная тренировка – главное звено паралимпийских видов спорта. Факторы, определяющие ведущие положения паралимпийского движения в мире. Цели, принципы, задачи спортивной тренировки в паралимпийском движении. Виды подготовки спортсменов-паралимпийцев. Построение спортивной тренировки спортсменов.

**Тема 4. Летние Параолимпийские игры. История формирования соревновательных видов спорта.** Классификация видов адаптивного спорта, рекомендации по их использованию инвалидами различных нозологических групп. Требования к участникам соревнований по конкретным видам спорта. Основные параолимпийские виды спорта, входящие в программы летних игр.

**Тема 5. Зимние Параолимпийские игры. История формирования соревновательных видов спорта.** Классификация видов адаптивного



спорта, рекомендации по их использованию инвалидами различных нозологических групп. Требования к участникам соревнований по конкретным видам спорта. Основные параолимпийские виды спорта, входящие в программы зимних игр.

**Тема 6. Виды спорта, классы спортсменов и правила судейства в Параолимпийских играх.** Принципы спортивно-медицинской классификации спортсменов-параолимпийцев (максимальный охват лиц различными видами патологии и степенью ее тяжести, уравнивание шансов спортсменов на победу в рамках одного класса, одновременное участие в соревнованиях по спортивным играм инвалидов с различной степенью тяжести поражений, периодическое переосвидетельствование спортсменов, дефекты которых не носят необратимого характера и др.), процедуры и порядок проведения классификаций.

#### 4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
		5 семестр	9 триместр
<b>Раздел I. Адаптивный спорт.</b>			
1	Адаптивный спорт. Задачи и направления адаптивного спорта	2	2
2	Адаптивный спорт в системе реабилитации различных категорий лиц с отклонениями в состоянии здоровья	4	2
<b>Раздел II. Международное Параолимпийское движение (МПД).</b>			
3	Международное Параолимпийское движение	2	-
4	Виды спорта, классы спортсменов и правила судейства в Параолимпийских играх.	4	-
<b>Итого:</b>		<b>12</b>	<b>4</b>

#### 4.4. Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
		5 семестр	9 триместр
<b>Раздел I. Адаптивный спорт.</b>			
1	Адаптивный спорт. Задачи и направления адаптивного спорта	4	2
2	Адаптивный спорт в системе реабилитации различных категорий лиц с отклонениями в состоянии здоровья	4	-
<b>Раздел II. Международное Паралимпийское движение (МПД).</b>			
3	Международное Паралимпийское движение	4	2
<b>Итого за семестр/ триместр:</b>		<b>12</b>	<b>4</b>
		<b>6 семестр</b>	<b>10 триместр</b>
4	Летние Параолимпийские игры. История формирования соревновательных видов спорта.	8	2

5	Зимние Параолимпийские игры. История формирования соревновательных видов спорта.	8	2
6	Виды спорта, классы спортсменов и правила судейства в Параолимпийских играх.	8	4
<b>Итого за семестр/ триместр:</b>		<b>24</b>	<b>8</b>
<b>Итого:</b>		<b>36</b>	<b>12</b>

#### 4.5. Лабораторные работы (не предусмотрены)

#### 4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название раздела / темы	Вид самостоятельной работы	Объем часов	
			Очная форма	Заочная форма
			5 семестр	9 триместр
Раздел I. Адаптивный спорт.				
1	Адаптивный спорт. Задачи и направления адаптивного спорта	Подготовка презентации по теме: Адаптивный спорт. Задачи и направления адаптивного спорта.	14	20
2	Адаптивный спорт в системе реабилитации различных категорий лиц с отклонениями в состоянии здоровья	Подготовить проект физкультурно-спортивного мероприятия для инвалидов.	14	20
Раздел II. Международное Параолимпийское движение (МПД).				
3	Международное Паралимпийское движение	Исследование проблемы. Подготовить реферат по данным темам практического занятия.	20	24
Итого за семестр/ триместр:			48	64
			6 семестр	10 триместр
4	Летние Паралимпийские игры. История формирования соревновательных видов спорта.	Исследование проблемы. Подготовка презентации на тему «Виды спорта в программе летних Паралимпийских игр».	15	20
5	Зимние Паралимпийские игры. История формирования соревновательных видов спорта.	Исследование проблемы. Подготовка презентации на тему «Виды спорта (один из предложенных) в программе зимних Паралимпийских игр»	15	20
6	Виды спорта, классы спортсменов и правила судейства в Паралимпийских играх.	Исследование проблемы. Составить таблицу периода его хронологию и особенностей количество Паралимпийских игр (виды спорта, нозологические категории и количество спортсменов).	14	20

<b>Итого за семестр/триместр:</b>	<b>44</b>	<b>60</b>
<b>Итого:</b>	<b>92</b>	<b>124</b>

#### **4.7. Курсовые работы (учебным планом не предусмотрены).**

### **5. Методическое обеспечение, образовательные технологии**

Преподавание учебной дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

- информационные технологии: использование электронных образовательных ресурсов (электронный конспект) при подготовке к практическим занятиям;
- технологии объяснительно-иллюстративного обучения (технология поддерживающего обучения, технология проведения учебной дискуссии);
- проектная технология (метод подготовки и защиты проекта);
- технологии проблемного обучения (метод проблемных заданий, метод беседы);
- технологии развивающего обучения (метод творческих заданий);
- работа в группе (совместная работа студентов в группе при выполнении творческих заданий).

### **6. Формы контроля освоения учебной дисциплины**

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем(ями), ведущими практические занятия, по дисциплине в различных формах: выступление на практических занятиях; выполнение практических заданий; участие в дискуссиях; самостоятельное конспектирование научной литературы и ее анализ; выполнение индивидуальных заданий; выполнение самостоятельной работы.

Промежуточный контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме зачета.

### **7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины**

а) основная литература:

1. Веневцев, С.И. Адаптивный спорт для лиц с нарушениями интеллекта: Методическое пособие. / С.И. Веневцев – Издательство Советский спорт, М., 2004 – 96 с.
2. Евсеев, С.П. Проблемы классификации в адаптивном спорте. / С.П. Евсеев – СПб, 2006 – 218 с.
3. О видах спорта, культивируемых среди инвалидов. Федеральное агентство по физической культуре и спорту. Приказ от 21 июля 2005 г. № 448.

б) дополнительная литература:

1. Астафьева, Н.Г. Оценка качества жизни лиц с физическими недостатками, занимающихся адаптивным спортом / Н.Г. Астафьева, Ю.А Кобзев, В.В. Храмов // Социология медицины. 2003. – С. 41-44.

2. Аулик, И.В. Определение физической работоспособности в клинике и спорте: учебное пособие. / И.В. Аулик – М.: Медицина, 1990. – 325 с.
3. Бернштейн, Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности. / Н.А. Бернштейн – М.: Медицина, 1966. – 349 с.
4. Евсеев, С.П. Олимпийское, паралимпийское, специальное олимпийское движения: тенденции интеграции и дифференциации // Олимпийское движение и социальные процессы: X Юбилейная Всероссийская научно-практическая конференция, Материалы. – М.: Сов. спорт, 2001. – С. 40-42.
5. Нарциссова, С.Ю. Адаптивный спорт: развитие и организация: учебное пособие / С.Ю. Нарциссова, С.И. Бочкарева, Н.Е. Копылова, Т.П. Высоцкая, А.Г. Ростеванов, С.П. Голубничий. Под общ. ред. С.Ю. Нарциссовой. – М.: Академия МНЭПУ. – 2020. – 212 с.
6. Рубцова, Н.О. Адаптированный спорт как средство социальной интеграции инвалидов / Н.О. Рубцова, В.А. Ильин // Открытый мир: Науч. -практ. семинар по адапт. двигат. активности. – М., 2007 – С. 88-91.

в) Интернет-ресурсы:

<http://window.edu.ru/> Единое окно доступа к образовательным ресурсам.

<http://www.edu.ru/> Российское образование. Федеральный портал

<http://www.elibrary.ru/eLIBRARY.RU>

<http://lib.ltsu.org/> Научная библиотека «Луганский государственный педагогический университет»

## **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

1. Лекционная аудитория, спортивный класс для проведения практических занятий.

2. Канцелярское оснащение учебного процесса.

3. Персональный компьютер (ноутбук) с прикладным программным обеспечением: проектор, колонки, программа для просмотра видео файлов, система видеомонтажа, интерактивная доска, электронные презентации по темам дисциплины.

В процессе лекционных и практических занятий используется следующее программное обеспечение: программы, обеспечивающие доступ в сеть Интернет (например, «Google», «Chrome»); программы, демонстрации видео материалов (например, проигрыватель «Windows Media Player»); программы для демонстрации и создания презентаций (например, «Microsoft PowerPoint»).

Преподавание дисциплины предусматривает доступ обучающихся к электронно-библиотечным системам (электронным библиотекам) и к электронной информационно-образовательной среде университета, которая обеспечивает возможность доступа обучающихся к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Обучающиеся из числа лиц с инвалидностью и лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Кабинет для подготовки лиц с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья оснащена современным оборудованием:

- для студентов с нарушением слуха и зрения (оборудование для слабослышащих – система Star Sound;

- для студентов с нарушением зрения – стационарные увеличители Toraz, сканирующая и читающая машина Sara CE, принтер для печати шрифтом Брайля). Студенты могут воспользоваться портативным компьютером с вводом/выводом шрифтом Брайля и синтезатором речи «ElBraille W40JG1».

## 9. Лист дополнений и изменений

[illegible]