

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

УТВЕРЖДАЮ
Директор Института физического
воспитания и спорта
А.А. Губарев
«10» сентября 2025г.



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 семестры), ЗФО – 3, 4 курсы (9, 10 триместры)

Луганск, 2025

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 октября 2013 года №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 года № 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 года № 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

старший преподаватель 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 «09» января 2025 г., № 9.

Заведующий кафедрой адаптивной физической культуры и физической реабилитации

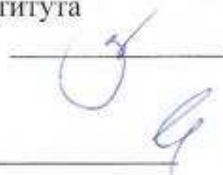


А.В. Ермоленко

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

Протокол от «14» января 2025 г., № 5

Председатель учебно-методической комиссии Института физического воспитания и спорта



Т.В. Загной

СОГЛАСОВАНО:

Директор Департамента образования



В.В. Савенков

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.	<p>ОПК-9.1 Способен формулировать и применять технологию формулировки цели и задач развития компенсаторных функций организма; формулировать цель и задачи компенсаторной деятельности.</p> <p>ОПК-9.2 Способен дифференцированно назначать средства реабилитации с учетом индивидуальных особенностей.</p> <p>ОПК-9.3 Способен к созданию условий развития компенсаторных возможностей организма человека.</p>	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>Владеет навыками: создания условий развития компенсаторных возможностей организма человека; применения методов оперативного и этапного контроля эффективности компенсаторной</p>

		<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
Общая учебная нагрузка	144 (4 з.е.)	144 (4 з.е.)
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего часов)	48	16
в том числе:		
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>)	-	-
Самостоятельная работа студента (всего)	92	124
Форма аттестации	зачет	зачет

4.2. Содержание разделов дисциплины

Раздел I. Организационные и теоретические аспекты адаптивного спорта

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.

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.

Тема 3. Организация адаптивного спорта в мире и в России. Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте. Организация спорта инвалидов в России и в мире. Паралимпийское движение – основное направление развития адаптивного спорта. История паралимпийского движения. Спортивная тренировка – главное звено паралимпийских видов спорта.

Тема 4. Классификация лиц занимающихся адаптивным спортом. Принципы спортивно-медицинской классификации спортсменов-паралимпийцев (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.

Раздел II. Виды спорта по нозологическим группам.

Тема 5. Спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата. Как одно из направлений адаптивной физической культуры. Выбор вида спорта зависит от степени и уровня поражения, показаний и противопоказаний, с учётом спортивно-медицинской классификации. Летние дисциплины этого вида спорта: академическая гребля, бадминтон, баскетбол на колясках, бочча, велоспорт, волейбол сидя, гребля на байдарках и каноэ, конный спорт, лёгкая атлетика, настольный теннис, паратриатлон, паратхэквондо, пауэрлифтинг, плавание, пулевая стрельба, регби на

колясках, стрельба из лука, теннис на колясках, фехтование на колясках. Федерация спорта лиц с ПОДА.

Тема 6. Спорт слепых. Как одно из направлений адаптивной физической культуры. Выбор вида спорта зависит от степени и уровня поражения, показаний и противопоказаний, с учётом спортивно-медицинской классификации. К летним дисциплинам относятся армрестлинг, борьба, велоспорт-тандем, голбол, дзюдо, лёгкая атлетика, мини-футбол 5 x 5 (B1), настольный теннис, пауэрлифтинг, плавание, самбо, спортивный туризм, торбол, футзал 5 x 5 (B2, B3), шахматы и шашки. К зимним дисциплинам – биатлон, горнолыжный спорт и лыжные гонки. Федерация спорта слепых (ФСС).

Тема 7. Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями. Как одно из направлений адаптивной физической культуры. Выбор вида спорта зависит от степени и уровня поражения, показаний и противопоказаний, с учётом спортивно-медицинской классификации. Официально признанные виды спорта лиц с нарушением функций слуха в Российской Федерации, в который входят 27 видов спортивных дисциплин.

4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
		5 семестр	9 триместр
Раздел I. Организационные и теоретические аспекты адаптивного спорта			
1	Адаптивный спорт. Задачи и направления адаптивного спорта	2	2
2	Адаптивный спорт в системе реабилитации различных категорий лиц с отклонениями в состоянии здоровья	2	2
3	Организация адаптивного спорта в мире и в России. Классификация лиц занимающихся адаптивным спортом	2	
Раздел II. Виды спорта по нозологическим группам			
4	Спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата	2	-
5	Спорт слепых	2	-
6	Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями	2	
Итого:		12	4

4.4. Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
		5 семестр	9 триместр
Раздел I. Организационные и теоретические аспекты адаптивного спорта			
1	Адаптивный спорт. Задачи и направления адаптивного спорта	4	2
2	Адаптивный спорт в системе реабилитации	4	-

	различных категорий лиц с отклонениями в состоянии здоровья		
3	Организация адаптивного спорта в мире и в России. Классификация лиц занимающихся адаптивным спортом	4	
Итого за семестр/ триместр:		12	4
		6 семестр	10 триместр
Раздел II. Виды спорта по нозологическим группам			
4	Спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата	8	2
5	Спорт слепых	8	2
6	Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями	8	4
Итого за семестр/ триместр:		24	8
Итого:		36	12

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. Организационные и теоретические аспекты адаптивного спорта				
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
3	Организация адаптивного спорта в мире и в России. Классификация лиц занимающихся адаптивным спортом	Исследование проблемы. Подготовка презентации на тему «».	20	24
Итого за семестр/ триместр:			48	64
			6 семестр	10 триместр
Раздел II. Виды спорта по нозологическим группам				
4	Спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата	Исследование проблемы. Подготовка презентации на тему «Виды спорта в программе летних Паралимпийских игр».	15	20
5	Спорт слепых	Исследование проблемы. Подготовка презентации на тему «Виды спорта (один из предложенных) в программе	15	20

		зимних Паралимпийских игр»		
6	Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями	Исследование проблемы. Составить таблицу периода его хронологию и особенностей количество Паралимпийских игр (виды спорта, нозологические категории и количество спортсменов).	14	20
Итого за семестр/триместр:			44	60
Итого:			92	124

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. Адаптивный спорт : метод. рекомендации / сост.: А. В. Ермоленко, П. А. Пилавов, Е. А. Мелешко [и др.]; ФГБОУ ВО «ЛГПУ». – Луганск : Издательство ЛГПУ, 2024. – 104 с.

2. Веневцев, С.И. Адаптивный спорт для лиц с нарушениями интеллекта: Методическое пособие. / С.И. Веневцев – Издательство Советский спорт, М., 2004 – 96 с.
3. Евсеев, С.П. Проблемы классификации в адаптивном спорте. / С.П. Евсеев – СПб, 2006 – 218 с.
4. Виды адаптивного спорта в спортивно-массовой, оздоровительной и инклюзивной работе педагогического вуза : учебное пособие / Р.Р. Магомедов [и др.]. – Ставрополь : Ставролит, 2019. – 163 с. – ISBN 978-5-907161-07-8. – Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/117403.html>
5. О видах спорта, культивируемых среди инвалидов. Федеральное агентство по физической культуре и спорту. Приказ от 21 июля 2005 г. № 448.

б) дополнительная литература:

1. Адаптивный спорт. Волейбол: учебно-мет. пособие / Т. А. Малышева [и др.]. – Нижний Новгород: Изд-во ННГУ им. Н. И. Лобачевского, 2021 – 52 с. – <https://reader.lanbook.com/book/283088#2>
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. Касмакова, Л.Е. Адаптивный спорт в России и в мировом сообществе / Л. Е. Касмакова, Л. Ю. Короткова // учебно-методическое пособие. – Казань: ПовГАФКСиТ, 2017 – 71 с. – <https://reader.lanbook.com/book/156420#2>
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»
<https://www.iprbookshop.ru/> IPR Smart // IPR Books
<https://e.lanbook.com/> Электронно-библиотечная система «Лань»

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 Тораз, 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]