

Негосударственное частное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Армавирский лингвистический социальный институт»

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Б1.В.ДВ.08.01 Паралимпийский спорт**

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы: «Физическая культура»

Квалификация (степень) выпускника: **бакалавр**

Форма обучения: очная, заочная

Армавир, 2023

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования, утвержденным приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 № 121 по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и принята на заседании кафедры гуманитарных, педагогических дисциплин и физической культуры (протокол № 10 от 14 июня 2023 г.)

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_



Н.В.Семенова

Организация – разработчик: Негосударственное частное образовательное учреждение высшего образования «Армавирский лингвистический социальный институт»

Авторы: Гарбузов С.П.

Для поступивших в 2023 году

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения учебной дисциплины .....	4
2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП ВО .....	4
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине .....	4
4. Структура дисциплины и распределение ее трудоемкости .....	6
5. Содержание дисциплины .....	8
6. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине .....	17
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины .....	<a href="#">29</a>
8. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины .....	30
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины....	32

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

Цель освоения дисциплины заключается в формировании компетенций у обучающихся в области паралимпийского спорта, теоретической подготовки их к педагогической деятельности в этой области с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и инвалидами.

Задачи:

– сформировать у обучающихся познавательную активность и интерес к проблемам паралимпийского спорта, основанные на личностно-ориентированной аксиологической концепции отношения к инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья;

– сформировать у обучающихся стремление к самостоятельности и творчеству, поиск путей интеграции инвалидного спорта в международное спортивное движение для спортсменов, не имеющих отклонений в здоровье, сохраняя при этом собственный статус.

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

Дисциплина «Паралимпийский спорт» в учебном плане относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1.

Для освоения дисциплины «Паралимпийский спорт» используются знания, умения, виды деятельности и установки, сформированные при изучении дисциплин «Теория и методика физической культуры и спорта», «Психология физического воспитания и спорта»,

«Лечебная физическая культура и массаж», «Антидопинговое обеспечение спорта».

Результаты освоения дисциплины используются в профессиональной деятельности выпускника.

## **3. Планируемые результаты обучения по дисциплине**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций обучающегося:

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ОПОП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
<b>УК-6</b>	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	<p><b>УК-6.1</b> Применяет знание о своих ресурсах и их пределах (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и т.д.), для успешного выполнения порученной работы</p> <p><b>УК-6.2</b> Понимает важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда</p> <p><b>УК-6.3</b> Реализует намеченные цели деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда</p> <p><b>УК-6.4</b> Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата</p> <p><b>УК-6.5</b> Демонстрирует</p>	<p><b>Знать:</b> способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста; важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда</p> <p><b>Уметь:</b> оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата;</p> <p><b>Владеть:</b> приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами.</p>

		интерес к учебе и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков	
<b>УК-7</b>	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>УК-7.1</b> Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни <b>УК-7.2</b> Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	<b>Знать:</b> оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности; <b>Уметь:</b> определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности; <b>Владеть:</b> способностью отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.

#### 4. Структура дисциплины и распределение ее трудоемкости

Се-местр	Трудоем-кость	Контактная работа при прове-дении учебных занятий по дис-циплинам (модулям)	СРС	Форма проме-жуточ-
----------	---------------	---	-----	--------------------

	ЗЕ	часов	Лек- ции, часов	Прак- тиче- ские заняти я, часов	Лабо- ратор- ные заня- тия, часов	Иные виды, часов	В период теорети- ческого обуче- ния, ча- сов	В период сессии (кон- троль), часов	ной ат- теста- ции
<i>Очная форма обучения</i>									
7	3	108	18	36	-	-	54	-	<i>Зачет</i>
<i>Заочная форма обучения</i>									
10	3	108	4	8	-	-	92	4	<i>Зачет</i>

*Примечания:*

*\* 2 ч - итоговое занятие (коллективная контактная работа) по подведению итогов освоения дисциплины при проведении промежуточной аттестации в форме зачета или зачета с оценкой;*

*\*\* 3 ч - контактная работа при проведении промежуточной аттестации в форме экзамена, из них:*

*2 ч - консультация перед экзаменом для потока учебных групп (коллективная контактная работа);*

*0,7 ч - организационные процедуры при проведении экзамена для учебной группы - инструктирование по порядку проведения экзамена, сообщения критериев и шкал оценивания, подведения итогов (коллективная контактная работа);*

*0,3 ч - устный ответ студента/ собеседование с преподавателем по итогам письменного экзамена или компьютерного тестирования (указывается нужное для соответствующей формы проведения экзамена).*

## 5. Содержание дисциплины

### 5.1 Тематический план учебной дисциплины

#### 5.1.1 Тематический план учебной дисциплины по очной форме

##### обучения

№ п/п	Разделы курса, темы	Общая трудоемкость*, часов	Из них аудиторной контактной работы (для проведения учебных занятий лекционного и семинарского типа) часов	Контактная аудиторная работа по видам учебных занятий, отраженная в учебном плане часов			СРС**, часов	Текущий контроль	Коды компетенций
				лекции	практические	лабораторные			
<i>7 семестр</i>									
1.	История возникновения паралимпийского спорта	9	4	2	2		5		УК-6,7
2.	Современное состояние паралимпийского движения	11	6	4	2		5		УК-6,7
3.	Организационно-нормативные основы соревнований в паралимпийском спорте	11	6	4	2		5		УК-6,7
4.	Специфика адаптивной физической культуры и спорта в выборе и составе средств, методов и форм построения занятий	11	6	4	2		5		УК-6,7
5.	Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры.	11	6	4	2		5		УК-6,7



6.	Всемирные игры Специальной Олимпиады	9	4		4		5		УК-6,7
7.	Допинговые скандалы на паралимпийских играх	10	4		4		6		УК-6,7
8.	Распределение спортсменов по классам в различных видах спорта	12	6		6		6		УК-6,7
9.	Распределение спортсменов по классам в различных видах спорта, входящих в	12	6		6		6	Тест	УК-6,7
10.	Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий	12	6		6		6	Реферат	УК-6,7
<b>Итого:</b>		<b>108</b>	<b>54</b>	<b>18</b>	<b>36</b>		<b>54</b>		

**5.1.2. Тематический план учебной дисциплины по очно-заочной форме обучения** *Не предусмотрено учебным планом.*

**5.1.2 Тематический план учебной дисциплины по заочной форме обучения**

№ п/п	Разделы курса, темы	Общая трудоем- кость*, часов	Из них аудитор ной контакт ной работы (для прове- дения учебных занятий лекцион- ного и семи- нарского типа) часов	Контактная аудиторная работа по видам учебных занятий, отраженная в учебном плане часов			СРС**, часов	Текущи й контрол ь	Коды компете нций
				лекции	практич еские	лабора- торные			
<i>10 семестр</i>									
1.	История возникновения паралимпийского спорта	9,5	0,5	0,5			9		УК-6,7

2.	Современное состояние паралимпийского движения	9,5	0,5	0,5			9		УК-6,7
3.	Организационно-нормативные основы соревнований в паралимпийском спорте	9,5	0,5	0,5	1		9		УК-6,7
4.	Специфика адаптивной физической культуры и спорта в выборе и составе средств, методов и форм построения занятий	10,5	1,5	0,5	1		9		УК-6,7
5.	Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры.	10	1		1		9		УК-6,7
6.	Всемирные игры Специальной Олимпиады	10	1		1		9		УК-6,7
7.	Допинговые скандалы на паралимпийских играх	10	1		1		9		УК-6,7
8.	Распределение спортсменов по классам в различных видах спорта	10	1		1		9		УК-6,7
9.	Распределение спортсменов по классам в различных видах спорта, входящих в	11	1		1		10	Тест	УК-6,7
10.	Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий	11	1		1		10	Реферат	УК-6,7
	<b>Контроль:</b>	<b>4</b>							
	<b>Итого:</b>	<b>108</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>		<b>92</b>		

\* указывается без учета времени, отведенного на проведение мероприятий промежуточной аттестации в виде групповой и индивидуальной контактной работы;

\*\* указывается без учета времени, отведенного на подготовку к

*проведению мероприятий промежуточной аттестации в период экзаменационных сессий по очной форме обучения и учебно-экзаменационных сессий по заочной форме*

## **5.2 Виды занятий и их содержание**

### **5.2.1 Тематика и краткое содержание лекционных занятий**

#### **7 семестр**

##### **ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 1**

Тема: История возникновения паралимпийского спорта.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) История развития спорта инвалидов в мире.
- 2) Термин «Паралимпиада».
- 3) Паралимпийское движение – основное интегрирующее направление развития адаптивного спорта. Биография Людвиг Гуттмана.
- 4) Организация и проведение Сток-Мандевильских игр.

##### **ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 2-3**

Тема: Современное состояние паралимпийского движения.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Характеристика международного паралимпийского комитета: основные задачи, функции, структура.
- 2) Основные виды адаптивного спорта, входящие в программы летних и зимних Паралимпийских игр.
- 3) основополагающие документы в области паралимпийского спорта. Закон Российской Федерации «О паралимпийском спорте».
- 4) Классификация паралимпийского движения.
- 5) Тестирование спортсмена.

##### **ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 4-5**

Тема: Организационно-нормативные основы соревнований в паралимпийском спорте.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Организационно-нормативные основы соревнований в паралимпийском спорте, особенности подготовки и организации соревнований.

#### ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 6-7

Тема: Специфика адаптивной физической культуры и спорта в выборе и составе средств, методов и форм построения занятий

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Классификация инвалидов: в зависимости от тяжести заболевания и ограниченности жизнеобеспечения (инвалиды I, II, и III группы); в зависимости от нозологических признаков (инвалида по зрению, слуху, с нарушениями речи, опорно-двигательного аппарата, интеллекта и др.).

#### ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 8-9

Тема: Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Реализация принципов воспитания личности в процессе адаптивной физической культуры (принцип общественно-ценной целевой направленности;  
2) Принцип связи содержания и организации воспитательного процесса с жизнью, трудом, досугом; принцип единства требований со стороны всех, участвующих в воспитании.

### **5.2.2 Тематика и краткое содержание практических занятий**

#### *7 семестр*

#### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1

Тема: История возникновения паралимпийского спорта.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Символика и атрибутика современного паралимпийского движения.
- 2) Ценности паралимпийского движения.
- 3) Факторы, обусловившие возникновение и развитие адаптивного спорта.

История развития реабилитационного спорта в России.

4) История Паралимпийских игр.

## ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 2

Тема: Современное состояние паралимпийского движения.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Классификационный кодекс.

2) Принципы спортивно-медицинской классификации спортсменов - паралимпийцев.

3) Допинг-контроль в паралимпийских играх.

4) Фармакологические средства восстановления.

5) Нарушение антидопинговых правил.

6) Организация, порядок проведения допинг-контроля.

7) Кодекс этики на Олимпийских и Паралимпийских играх.

## ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 3

Тема: Организационно-нормативные основы соревнований в паралимпийском спорте.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Основные правила соревнований по паралимпийским видам спорта (баскетбол на колясках, бочча, волейбол, горнолыжный спорт).

2) Основные правила соревнований по паралимпийским видам спорта (футболу у лиц с заболеванием церебральным параличом, плавание, парусный спорт и др.).

## ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 4

Тема: Специфика адаптивной физической культуры и спорта в выборе и составе средств, методов и форм построения занятий

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Типичные нарушения двигательной сферы лиц с отклонениями в

состоянии здоровья.

### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 5

Тема: Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Принцип комплексного подхода и формированию личности; принцип воспитания в коллективе и через коллектив; принцип уважения к личности в сочетании с требовательностью;

2) Принцип опоры на положительное; принцип дифференцированного подхода).

3) Методы формирования нравственного сознания и практического приучения (наглядный пример, методы убеждения; одобрения, похвала и осуждение, порицание, неодобрение; поощрение и наказание).

### ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ № 6-7

Тема: Всемирные игры Специальной Олимпиады.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Нетрадиционная модель соревнований Специальной олимпиады

2) Философские аспекты специального олимпийского движения

3) Основная программа Специальной олимпиады

### ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ № 8-9

Тема: Допинговые скандалы на паралимпийских играх.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Допинг в России

2) Умственная отсталость

3) Противоречия в баскетболе

4) Реакция МПК

5) Список лишенных Паралимпийских медалей

## ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ № 10-12

Тема: Распределение спортсменов по классам в различных видах спорта.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Принципы классификации в адаптивном спорте
- 2) Виды классификаций

## ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ № 13-15

Тема: Распределение спортсменов по классам в различных видах спорта, входящих в программу паралимпийских игр.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Классификация
- 2) Десять допустимых поражений
- 3) Классификационные системы
- 4) Нарушение зрения
- 5) Спортивные классы
- 6) Определение спортивного класса
- 7) Описание спортивных классов в паралимпийских летних видах спорта

## ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ № 16-18

Тема: Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Классификация форм занятий в физическом воспитании
- 2) Организация и построение занятий в физическом воспитании
- 3) Особенности урочных форм занятий
- 4) Классификация уроков по физическому воспитанию
- 5) Структура урока по физической культуре

### **5.2.3 Тематика и краткое содержание лабораторных занятий**

Не предусмотрено учебным планом

### **5.2.4 Примерная тематика курсовых работ (проектов)**

Не предусмотрено учебным планом

### 5.2.5. Самостоятельная работа и контроль успеваемости

В рамках указанного в учебном плане объёма самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности (*очная форма обучения*):

#### 7 семестр

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость
Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	8
Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	8
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа	12
Подготовка к текущему контролю	14
Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	8
Подготовка к промежуточной аттестации	4
<b>ИТОГО СРО:</b>	<b>54</b>

В рамках указанного в учебном плане объёма самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности (*заочная форма обучения*):

#### 10 семестр

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость
Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	11
Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	6
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа	18
Подготовка к текущему контролю	25
Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	7
Подготовка к промежуточной аттестации	25
<b>ИТОГО СРО:</b>	<b>92</b>

### 5.2.6 Образовательные технологии

Аудиторные занятия проводятся в форме лекционных и практических занятий с использованием компьютерных презентаций.



На практических занятиях могут использоваться проблемное обучение, технология деловой игры, кейс-метод как инструменты формирования компетенций.

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

### **6.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля**

Текущий контроль знаний студентов осуществляется проводимыми по основным темам дисциплины следующими контрольными оценочными мероприятиями:

- тест
- реферат

Примеры оценочных материалов для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине

#### ***7 семестр***

Примерный тест для оценки сформированности компетенции:

*УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни*

*УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*

#### **1. Что обозначает термин «Паралимпийские игры»?**

- а) международные спортивные соревнования для людей с ограниченными возможностями здоровья;
- б) международные спортивные соревнования для здоровых людей;
- в) международные спортивные соревнования для военных.

**2. Паралимпийские игры проводятся через.....после окончания Олимпийских игр.**

- а) 3 недели

- б) 1 месяц
- в) 2 недели
- г) 2 месяца

**3. С какого года Паралимпийские игры проводятся на тех же спортивных объектах, что и Олимпийские игры.**

- а) 1980 г.
- б) 1984 г.
- в) 1988 г.
- г) 2002 г.

**4. Когда впервые были проведены летние Паралимпийские игры.**

- а) 1960 г.
- б) 1968 г.
- в) 1972 г.
- г) 1976 г.

**5. Когда впервые были проведены зимние Паралимпийские игры.**

- а) 1960 г.
- б) 1968 г.
- в) 1972 г.
- г) 1976 г.

**6. В каком году был создан Международный Паралимпийский Комитет.**

- а) 1985 г.
- б) 1987 г.
- в) 1989 г.
- г) 2001 г.

**7. Когда впервые советские спортсмены выступили на Паралимпийских играх.**

- а) 1988 г.
- б) 1984 г.
- в) 1980 г.

г) 1976 г.

**8. Где проходили зимние Паралимпийские игры 2010 года.**

а) Россия

б) Канада

в) Великобритания

г) Бразилия

**9. Где проходили летние Паралимпийские игры 2012 года.**

а) Россия

б) Канада

в) Великобритания

г) Бразилия

**10. Где планируется провести летние Паралимпийские игры 2016 года.**

а) Россия

б) Канада

в) Великобритания

г) Бразилия

**11. Где планируется провести зимние Паралимпийские игры 2014 года.**

а) Россия

б) Канада

в) Великобритания

г) Бразилия

**12. Талисманы зимних Паралимпийских игр 2014 года.**

а) Выдра Отто

б) Снежинка Астер

в) Суми

г) Лучик и Снежинка

**13. В каком году российская сборная паралимпийцев заняла первое командное место.**

а) 2000 г.

б) 2002 г.

в) 2004 г.

г) 2006 г.

**14. Какое место заняла сборная России на зимних Паралимпийских играх в 2010 году.**

а) 1

б) 2

в) 3

г) 4

**15. Какое место заняла сборная России на летних Паралимпийских играх в 2012 году.**

а) 1

б) 2

в) 3

г) 4

**16. Какие по счету пройдут зимние Паралимпийские игры 2014 года.**

а) X

б) XI

в) XII

г) XIII

**17. Сколько видов спорта входят в программу зимних Паралимпийских игр.**

а) 15

б) 10

в) 5

г) 20

**18. Какие виды спорта не входят в программу зимних Паралимпийских игр.**

а) Горные лыжи

б) Фигурное катание

- в) Биатлон
- г) Лыжные гонки
- д) Сноуборд
- е) Фристайл
- ж) Слейд-хоккей
- з) Керлинг на колясках

**19. Сколько комплектов медалей будет разыграно на зимних Паралимпийских играх 2014 года.**

- а) 45
- б) 56
- в) 63
- г) 72

**20. Дата проведения зимних Паралимпийских игр 2014 года.**

- а) 07.03 – 16.03.2014 г.
- б) 07.01 – 16.01.2014 г.
- в) 07.02 – 16.02.2014 г.
- г) 07.04 – 16.04.2014 г.

**21. Кто является основателем Паралимпийских игр?**

- а)Хуан Антонио Самаранч;
- б) Людвиг Гуттман;
- в)Пьер де Кубертен.

**22. Как выглядит паралимпийская эмблема?**

- а)пять цветных колец;
- б) три полусферы (красный, синий, зеленый);
- в)три полусферы (белый, желтый, зеленый).

**23. Что символизирует эмблема Паралимпийских игр?**

- а)здоровье и силу;
- б) единство пяти континентов;
- в)разум, тело, дух.

**24. Как звучит девиз паралимпийского движения?**

а)быстрее, выше, сильнее;

б) дух в движении;

в)дух в полете.

**25. Паралимпийские игры проводятся через.....после окончания Олимпийских игр.**

а)3 недели;

б) 2 недели;

в)2 месяца.

**26. С какого года Паралимпийские игры проводятся на тех же спортивных объектах, что и Олимпийские игры.**

а)1980;

б) 1992;

в)2002.

**27. Когда впервые были проведены летние Паралимпийские игры?**

а)1960;

б) 1968;

в)1976.

**28. Когда впервые были проведены зимние Паралимпийские игры?**

а)1968;

б) 1972;

в)1976.

**29. Международная федерация организации спорта для людей с нарушением интеллекта «спешил олимпикс» была создана**

а) в 1960 г.

б) в 1968 г.

в) в 1988 г.

**30. Основным направлением адаптивного спорта является**

а) Паралимпийское движение

б) Специальное Олимпийское движение

в) Всемирные игры глухих

г) Специальное Европейское движение

### **7 семестр**

Примерные темы рефератов для оценки сформированности компетенции:

*УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни*

*УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*

1. Распределение спортсменов по классам в различных видах спорта, входящих в программу Паралимпийских игр.
2. Перечислить классификационные группы инвалидов-спортсменов.
3. Определение функциональных классов у спортсменов-инвалидов (по выбору).
4. Цель создания Международного Паралимпийского Комитета и его задачи.
5. Паралимпийский Комитет России и спортивные клубы для инвалидов (год образования, цели и задачи клуба по выбору).
6. Краткая хронология летних и зимних Паралимпийских игр (по выбору).
7. Участие сборных команд России в летних и зимних Паралимпийских играх (по выбору).
8. Приведите примеры допинговых скандалов на летних и зимних Паралимпийских играх (по выбору).
9. История образования и развития спортивного движения глухих.
10. История образования и развития спортивного движения "Спешл Олимпикс Ин- тернэшнл".
11. Кто является основоположником спортивного движения инвалидов (история развития).
12. Перечислить основополагающие документы и организации,

контролирующие спорт инвалидов (Федеральный закон, уставы, Федерации).

13. Игры для слепых и слабовидящих детей дошкольного и школьного возраста.

14. Формы практического и теоретического обучения родителей в развитии двигательной активности детей и подростков с ограниченными возможностями и их взаимодействие.

15. Особенности семейного воспитания детей и подростков с ограниченными возможностями.

16. Врачебно-педагогический контроль в адаптивной физической культуре.

17. Воспитание личности в процессе занятий АФК.

18. Коррекционно развивающие подвижные игры для детей с умственной отсталостью.

## **6.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации**

### ***7 семестр***

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета. Средствами оценки для реализации промежуточной аттестации являются задания, выполняемые обучающимися в семестре, а также материалы для текущего контроля.

## **6.3 Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций**

### **6.3.1 Текущая аттестация**

Тема: Распределение спортсменов по классам в различных видах спорта, входящих в программу паралимпийских игр

#### **Шкала оценки теста на примере освоения компетенций**

*УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни*

*УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной*



деятельности

Оценка	Характеристика сформированности компетенций
5 «отлично»	<p><b>Знает:</b> способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста; важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда; оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p><b>Умеет:</b> оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата; определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;</p> <p><b>Владеет:</b> приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами; способностью отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p>
4 «хорошо»	<p><b>Знает:</b> способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста; важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда; оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p><b>Умеет:</b> не в полной мере оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата; определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;</p> <p><b>Владеет:</b> приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами; способностью отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p>
3 «удовлетворительно»	<p><b>Знает:</b> способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста; важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда; оздоровительное, образовательное и воспитательное</p>

	<p>значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p><b>Умеет:</b> не в полной мере оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата; определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;</p> <p><b>Владеет:</b> не в полной мере приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами; способностью отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p>
2 «неудовлетворительно»	<p><b>Не знает:</b> способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста; важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда; оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p><b>Не умеет:</b> оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата; определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;</p> <p><b>Не владеет:</b> приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами; способностью отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья (частично).</p>

Тема: Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий

### Шкала оценки реферта на примере освоения компетенций

*УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни*

*УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*

Оценка	Характеристика сформированности компетенций
5 «отлично»	<p><b>Знает:</b> способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста; важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда; оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p><b>Умеет:</b> оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата; определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;</p> <p><b>Владеет:</b> приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами; способностью отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p>
4 «хорошо»	<p><b>Знает:</b> способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста; важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда; оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p><b>Умеет:</b> не в полной мере оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата; определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;</p> <p><b>Владеет:</b> приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами; способностью отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p>
3 «удовлетворительно»	<p><b>Знает:</b> способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста; важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда; оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности;</p>

	<p><b>Умеет:</b> не в полной мере оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата; определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;</p> <p><b>Владеет:</b> не в полной мере приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами; способностью отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p>
2 «неудовлетворительно»	<p><b>Не знает:</b> способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста; важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда; оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p><b>Не умеет:</b> оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата; определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;</p> <p><b>Не владеет:</b> приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами; способностью отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья (частично).</p>

### 6.3.2 Промежуточная аттестация

#### 6.3.2.2 Промежуточная аттестация (зачет)

##### 7 семестр

*УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни*

*УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*

Оценка	Характеристика сформированности компетенций
Зачтено	<b>Знает:</b> способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного

	<p>роста; важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда; оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p><b>Умеет:</b> оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата; определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;</p> <p><b>Владеет:</b> приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами; способностью отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.</p>
Не зачтено	<p><b>Не знает:</b> способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста; важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда; оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p><b>Не умеет:</b> оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата; определять личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности;</p> <p><b>Не владеет:</b> приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами; способностью отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья (частично).</p>

### 6.3.2.3 Промежуточная аттестация (экзамен)

Не предусмотрено учебным планом

## 7.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

### ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник /Л. П. Матвеев. - 6-е изд. - Москва : Спорт, 2019. - 344 с. - ISBN 978-5-907225-00-8. - Текст : электронный. - URL: <https://new.znanium.com/catalog/product/1065598>

2. Бондарчук, А. П. Основы силовой подготовки в спорте : учебное пособие / А. П. Бондарчук. - Москва : Спорт, 2019. - 225 с. - ISBN 978-5-907225-08-4. - Текст : электронный. - URL: <https://new.znanium.com/catalog/product/106557>

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Братановский, С. Н. Государство, право и спорт (теоретико-правовое исследование) [Электронный ресурс] : монография / С. Н. Братановский, И. Б. Воробьев. - М. : РИОР, 2013. - 229 с. - Текст : электронный. - URL: <http://znanium.com/catalog/product/418599>

2. Дергач, Е. А. Уход из спорта: причины и особенности [Электронный ресурс] : Монография / Е. А. Дергач, С. К. Рябина. - Красноярск: Сиб. федер. ун-т. - 2012. - 176 с. - ISBN 978-5-7638-2386-5. - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/441340>

## 8 Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины

### 8.1 Общесистемные требования

*Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)*

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2023 / 2024 год	Электронно-библиотечная система Znanium — это информационно-образовательная среда для колледжей, вузов и библиотек.	

*Электронная информационно-образовательная среда НЧОУ ВО АЛСИ*

### 8.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине используются специальные помещения, которые представляют собой учебные

аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду НЧОУ ВО АЛСИ.

#### **Современные профессиональные базы данных**

- 1) Федеральный портал «Российское образование»/ <http://www.edu.ru>
- 2) Национальная Электронная Библиотека (нэб.рф) <http://xn--90ax2c.xn-p1ai/>
- 3) Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) - <http://school-collection.edu.ru>
- 4) Базы данных издательства Springer <https://link.springer.com/>
- 5) Базы данных ScienceDirect (книги и журналы) издательства Elsevier [https:// www.sciencedirect.com/](https://www.sciencedirect.com/)
- 6) Базы данных Scopus издательства Elsevier [https://www.scopus.com/search/ form.uri?display=basic](https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic)

#### **Информационные справочные системы**

- 1) Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>.

- 2) Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) - <http://eor.edu.ru/>
- 3) Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) - <http://school-collection.edu.ru>.
- 4) Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») - <http://window.edu.ru>.
- 5) Российская государственная библиотека. <http://www.rsl.ru>
- 6) Государственная публичная историческая библиотека. <http://www.shpl.ru>
- 7) Национальная Электронная Библиотека (нэб.рф)

## **9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

В процессе изучения учебной дисциплины следует:

1. Ознакомиться с рабочей программой дисциплины. Рабочая программа дисциплины содержит перечень разделов и тем, которые необходимо изучить, планы лекционных и семинарских занятий, вопросы к текущей и промежуточной аттестации, перечень основной, дополнительной литературы и ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», определиться с темой курсовой работы (при наличии).
2. Ознакомиться с планом самостоятельной работы обучающихся.
3. Посещать теоретические (лекционные) и практические занятия.
4. При подготовке к практическим занятиям, а также при выполнении самостоятельной работы следует использовать методические указания для обучающихся.