

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Щёкина Вера Витальевна

Должность: Ректор

Дата подписания: 16.12.2024 10:02:21

Уникальный программный ключ:

a2232a55157e576551a8799b2190892af53989470420736ffbf573a434e57789



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВСЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РФ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Благовещенский государственный педагогический университет»

**ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**Рабочая программа дисциплины**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

**Декан факультета физической культуры и спорта**

**ФГБОУ ВО «БГПУ»**

**Р.В. Федоров**

**«30» сентября 2024 год**

**Рабочая программа дисциплины**

**ТЕОРИЯ СПОРТА**

**Направление подготовки**

**49.03.02 - ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (адаптивная физическая культура)**

**Профиль**

**«АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ»**

**Уровень высшего образования**

**БАКАЛАВРИАТ**

**Принята**

**на заседании кафедры теории и методики физической культуры, безопасности жизнедеятельности и здоровья (протокол № 12 от «15» мая 2019 г.)**

**Благовещенск 2024**

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....</b>	<b>3</b>
<b>2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ .....</b>	<b>5</b>
<b>3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ) .....</b>	<b>6</b>
<b>4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>	<b>8</b>
<b>5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ .....</b>	<b>10</b>
<b>6 ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ) УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА .....</b>	<b>16</b>
<b>7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ.....</b>	<b>26</b>
<b>8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ .....</b>	<b>27</b>
<b>9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ.....</b>	<b>27</b>
<b>10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА .....</b>	<b>28</b>
<b>11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ.....</b>	<b>29</b>

## 1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**1.1 Цель освоения дисциплины:** формирование знаний о роли спорта в социальной жизни человека, об особенностях соревновательной деятельности, системе спортивных соревнований, современных теоретико-методических концепциях и закономерностях спортивной подготовки, особенностей проведения соревнований в адаптивном спорте.

### **1.2 Место дисциплины в структуре ООП:**

Дисциплина «**Теория спорта**» относится к блоку Б1. дисциплин (модулей) Б1. 0.26. Для освоения дисциплины «Теория спорта» используются знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Физиология человека», «Биохимия», а также других дисциплин базовой части профессионального цикла.

**1.3 Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:** УК-7, ОПК-4, ОПК-13:

**-УК-7.** Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, индикаторами достижения которой является:

- УК-7.1 Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности.

- УК-7.2 Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности.

- УК-7.3 Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.

**-ОПК-4.** Способен проводить работу по предотвращению применения допинга в адаптивном спорте, индикаторами достижения которой является:

- ОПК-4.1 Оценивает состояние занимающихся и обеспечивает контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся.

- ОПК - 4.2 Владеет методами измерения психофизического состояния занимающихся с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся.

- ОПК-4.3 Использует методы измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья и способен к внесению коррекций в восстановительные воздействия в зависимости от результатов измерений и (или) рекомендаций членов междисциплинарной команды.

**-ОПК-13.** Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста, нозологических форм заболеваний занимающихся, индикаторами достижения которой является:

- ОПК - 13.1 Умеет планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей.

- ОПК – 13.2 Воспринимает с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использует полученную информацию при планировании и построении занятий.

**1.4 Перечень планируемых результатов обучения дисциплине в результате изучения студент должен:**

**- знать:**

- сущность феномена спорта;
- общенаучные и специальные категории в теории спорта в том числе адаптивного; - закономерности современного развития спорта, основные понятия, разновидности
  - спортивного движения в обществе;
  - основные понятия «спортивное соревнование»; генезис спортивных соревнований;
  - структуру, функции и специфические особенности соревновательной деятельности, компоненты спортивных соревнований и критерии спортивных результатов;
  - особенности организации соревнований в параолимпийском спорте, характеристику специальных олимпиад;
  - особенности сложившейся системы спортивной подготовки: ее цели, компоненты, нормативные документы, перспективы современного развития;
  - принципы, средства и методы подготовки спортсменов;
  - современные технологии подготовки спортсменов различной квалификации, возраста и пола;
  - теоретические и методические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств на различных этапах спортивной подготовки, технологии реализации тренировочных воздействий в том числе в адаптивном спорте;
  - документы планирования и учета в процессе спортивной тренировки спортсменов;
  - приоритетные научные направления и проблемы спортивной подготовки.

**- уметь:**

- анализировать социально-значимые проблемы и процессы в спортивной практике;
- применять современные методики и технологии организации учебно-тренировочного процесса;
  - использовать полученные знания по предмету в профессиональной деятельности, обосновывать цели и ставить задачи спортивной подготовки;
  - использовать современные технологии при подборе адекватных целям, задачам и планируемому уровню подготовленности спортсменов тренировочных средств, режимов и объемов нагрузки;
- планировать эффект воздействия тренировочных и соревновательных упражнений на системы организма, обеспечивающие развитие специальных двигательных качеств, рост технического и технико-тактического мастерства спортсменов;
- проводить учебные и тренировочные занятия с учетом методических особенностей их построения на различных этапах спортивной тренировки в том числе в адаптивном спорте;
- планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей;
- организовать соревнования с людьми с ограниченными физическими возможностями;
- использовать современные методы прогнозирования, планирования, организации, учета и контроля процесса спортивной подготовки.

**- владеть:**

- спортивной терминологией, понятиями адаптивного спорта и практики Параолимпийского спорта;
- навыками осуществления профессиональной деятельности;
- методами диагностики тренировочной и соревновательной деятельности

спортсменов;

- конструктивными навыками планирования контроля и учета в процессе спортивной тренировки спортсменов.

**1.5 Общая трудоемкость** дисциплины «Теория спорта» составляет 3 зачетные единицы (далее- ЗЕ) (108 часов):

№	Наименование раздела	Курс	Семестр	Кол-во часов	ЗЕ
1.	Теория спорта	3	6	108	3

**Общая трудоемкость дисциплины «Теория спорта»** составляет 3 зачетных единиц.

Программа предусматривает изучение материала на лекциях и практических занятиях. Предусмотрена самостоятельная работа студентов по темам и разделам. Проверка знаний осуществляется фронтально, индивидуально.

### **1.6 Объем и виды учебной деятельности**

#### **Объем дисциплины и виды учебной деятельности (очная форма обучения)**

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр 6
Общая трудоемкость	108	108
Аудиторные занятия	54	54
Лекции	22	22
Практические занятия	32	32
Самостоятельная работа	54	54
Вид итогового контроля		зачет