

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:

a2232a55157e57e551a8779b1190892af53989420420336ffbf573a434e57789



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО 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

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

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