

## АННОТАЦИЯ

адаптированной рабочей программы по дисциплине

### ТЕОРИЯ СПОРТА

Адаптированная образовательная программа

по направлению подготовки высшего образования

#### **49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**

Квалификация – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

### **1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ**

#### **1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Адаптированная рабочая программа учебной дисциплины «Теория спорта» (Б.1.ДВ.01) составлена в соответствии с учебным планом подготовки **бакалавров** по направлению 49.03.02 – **физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)** в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Рабочая программа адаптирована для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (по зрению, слуху, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата) с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц, а также адаптирована в соответствии с индивидуальной программой реабилитации или абилитации инвалида.

Целью освоения дисциплины (модуля) является освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области теории спорта и подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности по специальности.

#### **1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Результаты освоения дисциплины «Теория спорта» определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

**Бакалавр** по направлению подготовки 49.03.02 – **физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)** должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и программой подготовки, а именно:

##### ***Педагогическая деятельность:***

- осуществлять обучение лиц с отклонениями в состоянии здоровья в области специальных знаний и способов их рационального применения для оптимизации физических потенциалов в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры;
- обеспечивать усвоение занимающимися с ограниченными возможностями здоровья двигательных действий, позволяющих реализовывать жизненно и профессионально важные умения и навыки, избранный вид соревновательной деятельности, отдых и переключение с основных видов бытовой и профессиональной деятельности, лечебное воздействие на организм человека, экстремальные и креативные виды двигательной активности;
- определять, планировать, реализовывать и корректировать содержание когнитивного и двигательного (моторного) обучения, исходя из единства механизмов формирования ориентировочной основы умственных, сенсорных, перцептивных и двигательных действий и понятий и с учетом результатов оценивания физического, функционального и психического состояния занимающихся;

- способствовать формированию у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способов познания и преобразования собственных физических качеств и окружающего мира (способов самообразования в сфере адаптивной физической культуры), обеспечивающих им условия для самоопределения, физического (телесного) самосовершенствования и, как следствие, самоактуализации.

Решение вышеуказанных профессиональных задач осуществляется посредством решения комплекса следующих частных задач обучения – задач дисциплины «Теория спорта»:

- сформировать профессиональное мировоззрение, стремление к всестороннему анализу и творческому усвоению изучаемого материала по проблемам спорта;
- воспитать у будущих специалистов педагогическое мышление, познавательную активность, потребность в научно-исследовательской и практической деятельности в сфере спорта;
- содействовать освоению специализированных теоретико-методических знаний, необходимых для эффективной тренировочной и соревновательной деятельности;
- ознакомить с приемами гармоничного развития физических качеств, функциональных систем организма и механизмов энергообеспечения, способствующих достижению планируемых результатов;
- способствовать освоению методики современной техники и тактики соревновательной деятельности;
- показать значение формирования специальной психической готовности к достижению максимальных результатов;
- ознакомить с условиями достижения рекордных спортивных результатов, предусматривающих реализацию резервных возможностей спортсменов.

### 1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ АОП:

Дисциплина «Теория спорта» (Б.1.ДВ.01) относится к **Блоку 1, дисциплинам по выбору** студента. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе 5 семестра по очной форме обучения, на 4 курсе 7 семестра по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: **зачет**. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: теория и методика физической культуры, анатомия человека, биомеханика двигательной деятельности, биохимия человека, физиология человека.

### 1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

#### **а) общепрофессиональные (ОПК):**

Умением 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-5);

#### **б) профессиональные (ПК):**

Умением развивать физические качества, обучать новым способам двигательной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья, исходя из нарушенных или навсегда утраченных функций (ПК-19).

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

|        |  |
|--------|--|
| Знать: | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Содержание основных понятий, цель, задачи, функции спорта, различия в направлениях спорта, характерные черты и тенденции современного спорта (ОПК-5, ПК-19);</li> <li>• Структуру и особенности соревновательной деятельности, типы соревнований на основе данных современной литературы (ОПК-5, ПК-19);</li> </ul> |
|--------|--|

|           |  |
|-----------|--|
|           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Специфические принципы, средства, методы спортивной тренировки, виды подготовки, методы оценки подготовленности спортсмена (ОПК-5, ПК-19);</li> <li>• Этапы многолетней подготовки; построение тренировочного занятия, микро-, мезо-, макроцикла (ОПК-5, ПК-19);</li> <li>• Особенности управления тренировочным процессом, моделирование, планирование, контроль, отбор и прогнозирование в спорте (ОПК-5, ПК-19);</li> <li>• Особенности спортивной подготовки в женском, детско-юношеском и массовом спорте, а также лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ОПК-5, ПК-19);</li> </ul>  |
| Уметь:    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Формулировать конкретные задачи, подбирать средства и методы развития всех двигательных качеств, определять дозирование нагрузки для спортсменов любой квалификации и возраста на различных этапах подготовки (ОПК-5, ПК-19);</li> <li>• Формулировать конкретные задачи, подбирать средства и методы по всем видам (физической, технической, тактической, психической и т.п.) подготовки (ОПК-5, ПК-19);</li> <li>• Планировать тренировки в рамках отдельных занятий, микро-, мезо- и макроциклов, в зависимости от возраста, пола, уровня подготовленности спортсменов (ОПК-5, ПК-19);</li> </ul>  |
| Владеть : | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Технологией учета медико-биологических, психологических, гигиенических и организационных факторов, определяющих качество спортивной тренировки (ОПК-5, ПК-19);</li> <li>• Технологией составления алгоритмов решения задач спортивной тренировки, используя для этого когнитивные методы (ОПК-5, ПК-19);</li> <li>• Технологией разработки тренировочных занятий с учетом индивидуально - приемлемых форм (ОПК-5, ПК-19);</li> <li>• Комплексом средств и методов развития всех двигательных способностей у представителей различных видов спорта и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, на различных этапах подготовки (ОПК-5, ПК-19);</li> <li>• Системой модульного построения тренировочных занятий по всем видам (физической, технической, тактической, психической и т. п.) подготовки (ОПК-5, ПК-19).</li> </ul> |

### 1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

#### *Очная форма обучения*

| Вид учебной работы                    | Всего часов | 5 семестр  |
|---------------------------------------|-------------|------------|
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b>     | <b>54*</b>  | <b>54*</b> |
| В том числе:                          |             |            |
| Лекции (Л)                            | 20          | 20         |
| Практические занятия (ПЗ)             | 34          | 34         |
| Семинары (С)                          |             |            |
| Лабораторные работы (ЛР)              |             |            |
| <b>Самостоятельная работа (всего)</b> | <b>54</b>   | <b>54</b>  |

|   |            |            |
|---|------------|------------|
| Другие виды самостоятельной работы:             |            |            |
| <i>Изучение теоретического материала</i>        | 26         | 26         |
| <i>Написание реферата</i>                       | 6          | 6          |
| <i>Выполнение письменного домашнего задания</i> | 4          | 4          |
| <i>Подготовка к текущим контролям</i>           | 8          | 8          |
| <i>Подготовка к зачету</i>                      | 10         | 10         |
| Вид промежуточной аттестации                    | зачет      | зачет      |
| <b>Общая трудоёмкость:</b>                      |            |            |
| <b>часы</b>                                     | <b>108</b> | <b>108</b> |
| <b>зачётные единицы</b>                         | <b>3</b>   | <b>3</b>   |

\*Примечание: Из 54 часов аудиторных занятий – 20 ч. в интерактивной форме

**заочная форма обучения**

| Вид учебной работы                              | Всего часов | 7 семестр  |
|---|-------------|------------|
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b>               | <b>12*</b>  | <b>12*</b> |
| В том числе:                                    |             |            |
| Лекции (Л)                                      | 4           | 4          |
| Практические занятия (ПЗ)                       |             |            |
| Семинары (С)                                    | 8           | 8          |
| Лабораторные работы (ЛР)                        |             |            |
| <b>Самостоятельная работа (всего)</b>           | <b>96</b>   | <b>96</b>  |
| Другие виды самостоятельной работы:             |             |            |
| <i>Написание контрольной работы</i>             | 22          | 22         |
| <i>Написание реферата</i>                       | 12          | 12         |
| <i>Выполнение письменного домашнего задания</i> | 20          | 20         |
| <i>Изучение теоретического материала</i>        | 16          | 16         |
| <i>Подготовка к текущим контролям</i>           | 16          | 16         |
| <i>Подготовка к зачету</i>                      | 10          | 10         |
| Вид промежуточной аттестации                    | зачет       | зачет      |
| <b>Общая трудоёмкость:</b>                      |             |            |
| <b>часы</b>                                     | <b>108</b>  | <b>108</b> |
| <b>зачётные единицы</b>                         | <b>3</b>    | <b>3</b>   |

\*Примечание: Из 12 часов занятий – 4 ч. в интерактивной форме.