

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА, ТУРИЗМА И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,  
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

Рубцов А.В.

**Дисциплина «Адаптивный спорт»**

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ КУРСА

для специальности 032102.65 «Физическая культура для лиц с  
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Москва-2012

Утверждены и рекомендованы  
Экспертно-методическим советом ИТРРиФ  
ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»  
Протокол № 17 от «17» апреля 2012 г.

Автор: Рубцов А.В. Методические рекомендации по изучению курса дисциплины «Адаптивный спорт» для студентов ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», обучающихся по специальности 032102.65 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)»

Рецензент: Плаксунова Эльвира Викторовна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры ТиМ АФК ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Введение.....	4
2. Общие методические рекомендации по изучению курса.....	6
3. Методические рекомендации по изучению теоретического материала курса.....	8
4. Методических рекомендации по самостоятельному выполнению практических заданий.....	45
5. Список рекомендуемой литературы.....	47
6. Перечень ключевых слов.....	48
7. Вопросы для подготовки к экзамену (зачету).....	48

**Введение.**

В настоящее время развитие спорта лиц с отклонениями в состоянии здоровья является приоритетным направлением государственной политики Российской Федерации. Это обусловило повсеместное развитие спортивных клубов инвалидов, открытие большого числа секций для инвалидов в спортивных школах, активизацию процесса создания необходимой материально-технической базы для развития адаптивного спорта. Подобная социально-политическая ситуация определяет высокий спрос на специалистов по АФК, а также необходимость качественного, интегративного и всестороннего подхода к подготовке данного специалиста.

Изучение данного курса связано с такими дисциплинами, как «Теория и организация АФК», «Частные методики АФК», «Специальная педагогика и психология» и т.д.

Курс тесно связан и опирается на такие ранее изученные дисциплины, как «Анатомия», «Физиология», «Биохимия», «Биомеханика», «Физическая реабилитация» и т.д.

**Целью курса** является ознакомление будущих специалистов с программами адаптивного спорта для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Необходимость введения курса обусловлена потребностью в специалистах с физкультурным образованием, готовых работать с разными категориями инвалидов.

Знание материала позволит студентам получить навыки организации соревнований и отбора спортсменов-инвалидов на международные соревнования.

**Задача курса** заключается в создании у будущих специалистов по АФК представления о структуре и содержании программ адаптивного спорта для различных категорий инвалидов.

**Требования к уровню усвоения содержания курса.** В результате изучения курса студент должен знать основные понятия и методы, принципы организации адаптивного спорта для инвалидов различных категорий, уметь формировать цель и ставить задачи тренировочного занятия, проводить тренировки, соревнования для детей и взрослых инвалидов по параолимпийской программе и программе «Специальной Олимпиады».

Курс рассчитан на 20 часов и читается на V курсе (9-й семестр).

Студенты во время обучения сдают зачет, который включает материалы всех разделов курса, а также знания и навыки, приобретённые на практических занятиях.

Обязательным требованием допуска студента к зачёту является выполнение учебной программы, посещение лекций и семинаров, проведение занятий на практике в качестве ассистента тренера и предоставление самостоятельно разработанной программы спортивного мероприятия для инвалидов.