

Министерство спорта Российской Федерации

Башкирский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Уральский государственный университет
физической культуры»

Центр дополнительного образования

УТВЕРЖДАЮ
Председатель
учебно-методического совета,
д-р пед. наук, профессор
С.В. Павлов
«13» # 09 20 18 г.



ПРОГРАММА

повышения квалификации

«ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА АДАПТИВНОГО СПОРТА»

(72 часа)

Форма обучения – очная

Уфа, 2018 год

Составители программы:

Зав. кафедрой физиологии и спортивной медицины,

д-р биол. наук, профессор

 Е.С. Волкова

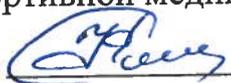
канд.биол.наук, доцент

 Е.П. Сальникова

Программа профессиональной переподготовки «Теория и методика адаптивного спорта» утверждена на заседании кафедры физиологии и спортивной медицины «29» августа 2018 г., протокол № 1

Заведующий кафедрой физиологии и спортивной медицины,

д-р биол. наук, профессор

 Е.С. Волкова

Одобрена на заседании учебно-методического совета Башкирского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» «13» сентября 2018г., протокол № 1

Председатель учебно-методического совета,

д-р пед. наук, профессор

 С.В.Павлов

СОДЕРЖАНИЕ

Характеристика дополнительной образовательной программы

Учебный план

Примерный календарный учебный график

Рабочие программы

ХАРАКТЕРИСТИКА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1. ОСНОВАНИЯ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Настоящая дополнительная образовательная программа повышения квалификации разработана по направлению «Адаптивная физическая культура».

Нормативно-правовую базу разработки ДОП составляют:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 22 декабря 2012 года № 273-ФЗ).
2. Приказ Минобрнауки РФ от 01.07.2013 года № 499 (в ред. приказ от 15.11.2013 № 1244) «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».
3. Приказ Минобрнауки России от 07.08.2014 № 935 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриата)».
4. Приказ Минобрнауки России от 12.03.2015 № 203 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (уровень бакалавриата)».
5. Приказ Минтруда России от 04.08.2014 № 528н "Об утверждении профессионального стандарта "Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту".
6. Нормативно-методические документы Минобрнауки России.
7. Положение Башкирского института физической культуры (филиала) ФГБОУ ВО «Уральский государственный университет физической культуры».

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДОП

Цель программы повышения квалификации – создание образовательной среды для формирования у слушателей профессиональных компетенций и трудовых функций, связанных с владением навыков многолетнего планирования процесса спортивной подготовки лиц с отклонениями в состоянии здоровья и их реализации в тренерской деятельности.

Область профессиональной деятельности слушателей включает в себя: образование в сфере адаптивной физической культуры и спорта, процессы связанные со спортивной подготовкой лиц с отклонениями в состоянии здоровья всех возрастных и нозологических групп на различных этапах многолетней подготовки, сферу управления, исполнительское мастерство.

Объектами профессиональной деятельности слушателей являются: тренеры, вовлеченные в деятельность в сфере адаптивной физической культуры и спорта, а также спортсмены-инвалиды, осуществляющие многолетний процесс спортивной подготовки; процессы развития общих и специальных физических качеств, формирования технико-тактического мастерства и регуляции психических состояний в процессе различных этапов многолетней тренировочной и соревновательной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья всех возрастных и нозологических групп.

3. ВИДЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, К КОТОРЫМ ГОТОВЯТСЯ СЛУШАТЕЛИ

Слушатели курсов повышения квалификации «Теория и методика адаптивного спорта» готовятся к тренерской профессиональной деятельности в сфере адаптивного спорта.

В соответствии с профессиональной деятельностью слушатель должен решать следующие профессиональные задачи:

- способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции;
- осуществлять планирование тренировочного процесса лиц с отклонениями в состоянии здоровья с установкой на достижение высоких спортивных результатов;
- подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки, определять величину нагрузок, адекватную возможностям лиц с отклонениями в состоянии здоровья всех возрастных и нозологических групп с установкой на достижение спортивного результата;
- осуществлять управление тренировочным процессом для лиц с отклонениями в состоянии здоровья на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности и внесения соответствующих коррективов в тренировочный процесс.
- 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.

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ (ПЕРЕЧЕНЬ И ХАРАКТЕРИСТИКИ ФОРМИРУЮЩИХСЯ КОМПЕТЕНЦИЙ И ТРУДОВЫХ ФУНКЦИЙ)

После освоения дополнительной образовательной программы «Теория и методика адаптивного спорта» у слушателя должны сформироваться следующие общепрофессиональные, профессиональные компетенции (соответствующие ФГОС направлениям подготовки: 49.03.02. Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), 49.03.01 Физическая культура и трудовые функции (соответствующие профессиональному стандарту «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту»):

По направлению 49.03.01 Физическая культура

общепрофессиональные компетенции:

- способностью осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);
- способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);

профессиональные компетенции:

- способностью осуществлять образовательный процесс на основе положений теории адаптивной физической культуры (ПК-2);
- способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-30).

По направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

общепрофессиональные компетенции:

- знанием морфофункциональных, социально-психологических особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп (ОПК-4);

- готовностью применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся (ОПК-6);

- знанием основ эргономики и возможностей приспособления (адаптации) внешней среды для реализации основных видов жизнедеятельности человека с отклонениями в состоянии здоровья (самообслуживание, профессиональная деятельность, культура, спорт, отдых) (ОПК-11).

профессиональные компетенции:

- умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры (ПК-2);

- умением формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться (ПК-7);

- знанием закономерностей восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и тендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-11);

- готовностью к использованию методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья и внесению коррекций в восстановительные воздействия в зависимости от результатов измерений и (или) рекомендаций членов междисциплинарной команды (ПК-14).

Трудовые функции

Код А - Коррекция отклонений в развитии и социальная адаптация лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) посредством осуществления тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе:

- формирование групп занятий в зависимости от функциональных возможностей лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп (А/01.5);

- развитие у обучающихся лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп интереса к занятиям спортом, формирование представлений о теоретических основах физической культуры (А/03.5);

- планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе (А/04.5).

Код В - Осуществление тренировочного процесса на этапе начальной подготовки:

- обучение лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп основам техники двигательных действий (по виду спорта) (В/02.5);

- Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе начальной подготовки (В/04.5).

Код С - Осуществление тренировочного процесса и руководство состязательной деятельностью лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической подготовленности, соответствующей специфике вида адаптивного спорта (С/02.5);

- совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов с ограниченными

возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп (D/02.6).

- способностью осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (C/04.5).

Код D - Проведение тренировочных мероприятий и руководство состязательной деятельностью лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп на этапе совершенствования спортивного мастерства и этапе высшего спортивного мастерства:

- совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп (D/02.6);

- планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства (по виду спорта) (D/04.6).

Код E - Руководство работой тренеров-преподавателей по адаптивной физической культуре:

- планирование работы тренеров-преподавателей по адаптивной физической культуре (E/01.6).

5. ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДОП

5.1 Требования к квалификации педагогических кадров

Реализация образовательной программы обеспечивается научно-педагогическими кадрами, имеющими базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, регулярно проходящие курсы по повышению квалификации.

5.2. Требования к материально-техническим условиям

Для реализации образовательной программы предоставляются специализированные учебные аудитории института (компьютерные классы, классы теории и методики избранного вида спорта). Видеофильмы по содержанию учебной дисциплины программы.

5.3. Требования к информационным и учебно-методическим условиям

Каждый обучающийся обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом в библиотеку и читальный зал института, а так же к нескольким электронно-библиотечным системам из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

5.4. Общие требования к организации образовательного процесса

Учебный процесс осуществляется в учебной группе, которая организуется в начале учебного процесса. Также определенный объем учебной нагрузки реализуется в индивидуальной форме обучения таких как индивидуальное консультирование. Все учебные занятия проходят в соответствии с разработанным институтом учебным планом и календарным учебным графиком. В процессе реализации образовательной программы используются инновационные образовательные технологии в виде интерактивных форм обучения с применением аппаратно-программного инструментария и информационно-телекоммуникационных сетей.



УТВЕРЖДАЮ

Председатель

учебно-методического совета,

д-р пед. наук, профессор

С.В. Павлов

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

программы повышения квалификации
«Теория и методика адаптивного спорта»

Срок освоения: 2 ЗЕ (72 часа)

Форма обучения: очная

Вид занятий: лекции (Л), практические занятия (ПЗ), самостоятельная работа (СР)

№ п/п	Наименование разделов и дисциплин	Всего, академ. часов	В том числе				Краткая аннотация
			Л	ПЗ	В т.ч интер-актив	СР	
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Анатомия и физиология человека	6	4	2	2	6	Общие сведения о морфофункциональном состоянии организма, в том числе и в период тренировочной деятельности
2.	Воспитание физических способностей у лиц с ограниченными возможностями	6	2	4	2	6	1. Особенности развития физических качеств (координация, сила, скорость, выносливость, гибкость) у спортсменов с ограниченными возможностями физического развития: ПОДА, нарушения зрения, слуха 2. Средства и методы развития физических качеств у спортсменов с ограниченными возможностями физического развития.
3.	Материально-техническое обеспечение АФК	4	2	2	2	6	1. Оснащение спортивных сооружений для проведения спортивно-оздоровительной работы с инвалидами. 2. Классификация средств, используемых для оснащения спортивных сооружений для работы с инвалидами 3. Краткая характеристика выделенных групп и подгрупп средств, используемых для проведения спортивно-оздоровительной работы с инвалидами 4. Тренажеры для освоения инвалидами соревновательных двигательных действий, развития и совершенствования их физических качеств и способностей 5. Классификация средств, используемых для оснащения спортивных сооружений для работы с инвалидами

1	2	3	4	5	6	7	8
4.	Организация занятий физическими упражнениями у лиц с ограниченными возможностями	8	4	4	2	8	<p>1. Особенности организации занятия физическими упражнениями с лицами, имеющими поражения опорно-двигательного аппарата.</p> <p>2. Особенности организации занятия физическими упражнениями с лицами, имеющими нарушения зрения.</p> <p>3. Особенности организации занятия физическими упражнениями с лицами, имеющими нарушения слуха.</p>
5.	Основы антидопингового обеспечения спорта	4	2	2	2	4	<p>1. Современное представление о допинге. Классификация запрещенных в спорте веществ и их последствия применения для организма.</p> <p>2. Вещества и методы повышения работоспособности.</p>
6.	Функциональный контроль лиц с ограниченными возможностями	6	2	4	2	6	<p>1. Контроль состояния ССС у лиц с ограниченными возможностями физического развития в тренировочной деятельности.</p> <p>2. Контроль состояния ВНС у лиц с ограниченными возможностями физического развития в тренировочной деятельности.</p> <p>3. Контроль состояния НМА у лиц с ограниченными возможностями физического развития в тренировочной деятельности.</p>
Итого		34	16	18	12	36	
Итоговая аттестация		2					
Общая трудоемкость программы		72					



УТВЕРЖДАЮ

Председатель

учебно-методического совета,

д-р пед. наук, профессор

С.В. Павлов

ПРИМЕРНЫЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
программы повышения квалификации
«Теория и методика адаптивного спорта»

Срок обучения: 2 ЗЕ (72 часа)

Форма обучения: очная

Режим занятий: 6 часов в день

Вид занятий: лекции (Л), практические занятия (ПЗ), самостоятельная работа (СР)

№	Наименование раздела	Учебные дни										Общее количество часов			Итого:
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	лекции	занятия практические	итоговая аттестация	
1.	Анатомия и физиология человека	4	2									4	2		6
2.	Воспитание физических способностей у лиц с ограниченными возможностями		2	4								2	4		6
3.	Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры				4							2	2		4
4.	Организация занятий физическими упражнениями у лиц с ограниченными возможностями					4	4					4	4		8
5.	Основы антидопингового обеспечения спорта							4				2	2		4
6.	Функциональный контроль лиц с ограниченными возможностями								4	2		2	4		6
7.	Итоговая аттестация (зачет)										2			2	2
Итого часов:		4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	16	18	2	36