

Державний вищий навчальний заклад  
«Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»

Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін



«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Проректор

20 20 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**АДАПТИВНИЙ СПОРТ І ПАРАЛІМПІЙСЬКИЙ РУХ**

Спеціальність 017 Фізична культура і спорт

Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

Другий (магістерський) рівень

**факультет фізичного виховання і спорту**

Івано-Франківськ – 2020 рік

**Робоча програма навчальної дисципліни**  
**АДАПТИВНИЙ СПОРТ І ПАРАЛІМПІЙСЬКИЙ РУХ**  
для студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт

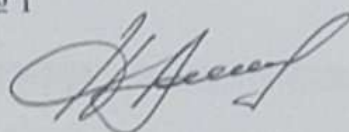
Розробники:

**Земська Н.О.** – доцент кафедри спортивно-педагогічних дисциплін,  
кандидат наук з фізичного виховання і спорту

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри спортивно-педагогічних  
дисциплін

Протокол від “31” серпня 2020 р. № 1

Завідувач кафедри



А. В. Синиця

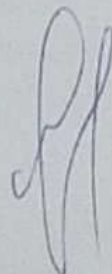
“ 31 ” 08 2020 р.

Схвалено науково-методичною радою факультету фізичного виховання і  
спорту

Протокол від “ 07 ” 09 2020 р. № 1

“ 07 ” 09 2020 р.

Голова



Е. Й. Лапковський

© \_\_\_\_\_, 2020 рік

## 1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань <b>01 – освіта/педагогіка</b> (шифр і назва)	Цикл професійної та практичної підготовки Вибіркова	
	Спеціальність <b>017 Фізична культура і спорт</b> (шифр і назва)		
Модулів – 1	Спеціалізація (професійне спрямування):	<b>Рік підготовки:</b>	
Змістових модулів – 4		2-й	2-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання _____ (назва)		<b>Семестр</b>	
Загальна кількість годин - 90		1-й	1-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента - 6	Освітній рівень: <b>Магістр</b>	<b>Лекції</b>	
		12 год.	6 год.
		<b>Практичні, семінарські</b>	
		18 год.	6 год.
		<b>Самостійна робота</b>	
60 год.	78 год.		
		<b>Вид контролю: <b>екзамен</b></b>	

Співвідношення кількості годин аудиторних занять і самостійної роботи становить:

для денної форми навчання – 33 % до 67 %;

для заочної форми навчання – 13 % до 87 %.

## 2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**Метою** викладання навчальної дисципліни “ Адаптивний спорт і паралімпійський рух” є вивчення історії розвитку паралімпійського руху, дефлімпійського руху та руху Спеціальних Олімпіад, їх ідеалів, принципів, місця в системі явищ сучасного суспільного життя, теорії і методики підготовки спортсменів-інвалідів до змагань.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни “Адаптивний спорт і паралімпійський рух” є формування професійного світогляду студентів, основ знань і навичок з питань історії, організації і управління інвалідним спортом, сучасної системи підготовки спортсменів-інвалідів до змагальної діяльності.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

***знати :***

організацію і побудову паралімпійського руху, особливості спортивної роботи з інвалідами різних нозологій (осіб з вадами слуху, осіб з вадами зору, осіб з вадами інтелекту, з пошкодженнями опорно-рухового апарату та ін.), організацію і проведення змагань з різними групами інвалідів, правила проведення змагань серед осіб з особливими потребами тощо.

***вміти :***

застосовувати у практичній діяльності одержані знання, використовувати сучасні засоби і методи спортивного тренування в підготовці інвалідів до участі в змагальній діяльності як на національному, так і на міжнародному рівні.

***розуміти:***

принципи і особливості побудови тренувальних занять з інвалідами різних нозологій (осіб з вадами слуху, осіб з вадами зору, осіб з вадами інтелекту, з пошкодженнями опорно-рухового апарату та ін.)

### **3. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

#### **Змістовий модуль 1. Адаптивний і паролімпійський спорт як вид соціальної практики**

##### **Лекція 1-2.**

##### **Тема 1. Адаптивний і паролімпійський спорт як соціальне явище**

1. Передумови виникнення та етапи розвитку паролімпійського спорту.
2. Мета та завдання адаптивного спорту.
3. Основні напрямки адаптивного спорту.
4. Основні принципи адаптивного спорту.
5. Соціальні функції адаптивного спорту.
6. Керівні організації адаптивного спорту в Україні та в світі.

#### **Змістовий модуль 2. Методичні основи адаптивного та паролімпійського спорту**

##### **Лекція 3.**

##### **Тема 2. Методичні основи адаптивного та паролімпійського спорту**

1. Структура системи підготовки в адаптивному спорті.
2. Корекційно-реабілітаційна програма.
3. Специфічні засоби і методи спортивного тренування в адаптивному спорті.
4. Класифікація – основа системи підготовки в адаптивному спорті.
5. Принципи класифікацій в адаптивному спорті.

##### **Лекція 4.**

##### **Тема 3. Особливості спортивної роботи з інвалідами**

1. Етико-деонтологічні аспекти спортивно-оздоровчої роботи з інвалідами.
2. Специфічність вимог до організації спортивних змагань з інвалідами.
3. Класифікація інвалідів в залежності від пошкодження.

#### **Змістовий модуль 3. Спортивна підготовка інвалідів, що мають пошкодження опорно-рухового апарату**

##### **Лекція 5.**

##### **Тема 4. Спортивна підготовка інвалідів, які мають пошкодження опорно-рухового апарату**

1. Класифікація осіб з ПОРА.
2. Завдання занять спортом з інвалідам з ураженням опорно-рухового апарату.
3. Визначення рівня фізичної підготовленості інвалідів, що мають ПОРА.

4. Базові види спорту, що використовуються у заняттях з інвалідами з ПОРА.
5. Основні принципи занять спортом з інвалідами з ПОРА.
6. Основні засоби на різних етапах багаторічної спортивної підготовки інвалідів з ПХСМ.

#### **Змістовий модуль 4. Спортивна підготовка спортсменів, які мають вади інтелекту**

##### **Лекція 6.**

##### **Тема 5. Спортивна підготовка осіб з вадами інтелекту**

1. Класифікація осіб з вадами інтелекту (“КІ”).
2. Завдання занять спортом з особами з вадами інтелекту.
3. Основні цілі Спеціальних Олімпіад.
4. Характеристика видів спорту, які використовуються у заняттях з особами з вадами інтелекту.
5. Організація і проведення змагань з особами з вадами інтелекту.
6. Структура та зміст спортивного тренування осіб з вадами інтелекту.

#### 4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	пр			с.р.		л	пр			с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
<b>Модуль 1</b>												
<b>Змістовий модуль 1. Адаптивний і паралімпійський спорт як вид соціальної практики</b>												
Тема 1. Адаптивний і паралімпійський спорт як соціальне	20	4	4	-	-	12	18	1	1	-	-	16
<b>Разом за змістовим модулем 1</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>12</b>	<b>18</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>16</b>
<b>Змістовий модуль 2. Методичні основи адаптивного та паралімпійського спорту</b>												
Тема 2. Методичні основи адаптивного та паралімпійського спорту	12	2	2	-	-	8	14	1	1	-	-	12
Тема 3. Особливості спортивної роботи з інвалідами	14	2	4	-	-	8	14	1	1	-	-	12
<b>Разом за змістовим модулем 2</b>	<b>26</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>16</b>	<b>28</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>24</b>
<b>Змістовий модуль 3. Спортивна підготовка інвалідів, що мають пошкодження опорно-рухового апарату</b>												
Тема 4. Спортивна підготовка інвалідів, які мають пошкодження опорно-рухового апарату	22	2	4	-	-	16	20	1	1	-	-	18
<b>Разом за змістовим модулем 3</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>16</b>	<b>20</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>18</b>
<b>Змістовий модуль 4. Спортивна підготовка спортсменів, які мають вади інтелекту</b>												
Тема 5. Спортивна підготовка осіб з вадами інтелекту	22	2	4	-	-	16	24	2	2	-	-	20
<b>Разом за змістовим модулем 4</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>16</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>20</b>
<b>Усього годин</b>	<b>90</b>	<b>12</b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>60</b>	<b>90</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>78</b>

## 5. ТЕМИ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	Назва теми	Кількість	
		Денна	Заочн
1.	Соціальне значення адаптивного і паролімпійського спорту	2	1
2.	Аналіз участі спортсменів України в Паралімпійських іграх	2	
3.	Характеристика Паралімпійських видів спорту (відеозаняття).	2	-
4.	Розвиток паролімпійського руху в Україні	2	-
5.	Особливості спортивної роботи з інвалідами	2	1
6.	Спортивна підготовка інвалідів, які мають пошкодження опорно- рухового апарату	2	-
7.	Програма тренувань для інвалідів з ПОРА	2	2
8.	Спортивна підготовка осіб з вадами інтелекту	2	-
9.	Програма тренувань для інвалідів з вадами інтелекту	2	2
	<b>Разом:</b>	<b>18</b>	<b>6</b>

## 6. САМОСТІЙНА РОБОТА

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
1.	<b>Тема 1. Адаптивний і паролімпійський спорт як соціальне явище .</b> Конспекти самопідготовки до занять.	6	10
	Реферат “Україна в Паралімпійському русі”	6	6
2.	<b>Тема 2. Методичні основи адаптивного та паролімпійського спорту.</b> Конспекти самопідготовки до занять.	8	12
	<b>Тема 3. Особливості спортивної роботи з інвалідами</b> Конспекти самопідготовки до занять	8	12
3.	<b>Тема 4. Спортивна підготовка інвалідів, які мають пошкодження опорно-рухового апарату</b> Конспекти самопідготовки до занять	8	10
	Програма тренувань для спортсменів-інвалідів, які мають пошкодження опорно-рухового апарату	8	8
4.	<b>Тема 5. Спортивна підготовка осіб з вадами інтелекту</b> Конспекти самопідготовки до занять	8	12
	Програма тренувань для спортсменів-інвалідів з вадами інтелекту.	8	8
	<b>Разом :</b>	<b>60</b>	<b>78</b>



## **7. МЕТОДИ НАВЧАННЯ**

### **I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності.**

#### **A.**

- словесні методи - розповідь-пояснення, бесіда, лекція;
- наочні методи - ілюстрація, демонстрація;
- практичні методи: досліди, вправи, практичні роботи, реферати;

#### **Б. Індуктивні та дедуктивні.**

#### **С. Репродуктивні та точні, проблемно-пошукові.**

#### **Д. Навчальна робота під керівництвом викладача - самостійна аудиторна робота: вирішення ситуаційних завдань, самостійні письмові роботи.**

#### **Е. Самостійна робота поза контролем викладача - самостійна робота вдома: домашні завдання - усні та письмові.**

### **II.**

#### **A. Методи стимулювання інтересу до навчання:**

- створення ситуації інтересу при викладанні того чи іншого матеріалу: використання рольових ігор, перегляд навчальних телепередач, кінофільмів.
- навчальні дискусії;
- аналіз практичних;

#### **Б. Методи стимулювання й мотивації навчально-пізнавальної діяльності:**

- роз'яснення мети навчального предмета
- вимоги до вивчення предмета , дисциплінарні, організаційно-педагогічні).
- заохочення та покарання в навчанні: оцінка студентів за успіхи, усне схвалення (чи осуд викладача).

### **III. Методи контролю (самоконтролю, взаємоконтролю), корекції (самокорекції, взаємокорекції) за ефективністю навчально-пізнавальної діяльності.**

### **IV. Бінарні, інтегровані, універсальні методи.**

## 8. МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

1. Усне опитування;
2. Тестування;
3. Письмовий контроль;
4. Екзамен.

### Перелік питань для підсумкового контролю

1. Загальна характеристика Олімпійський руху.
2. Типологічна класифікація олімпійського руху.
3. Характерні ознаки змагань Олімпійського руху.
4. Ігри медико-реабілітаційної приналежності.
5. Генеза Паралімпійського руху.
6. Еволюція програм Паралімпійських ігор.
7. Генеза Дефлімпійського руху.
8. Програма Дефлімпійських ігор.
9. Генеза руху Спеціальних Олімпіад.
10. Діяльність фундаторів спорту інвалідів (Людвіг Гуттманн, Ежен Рубен Алке, Юніс Кеннеді Шрайвер).
11. Структура та діяльність Міжнародного паралімпійського комітету.
12. Керівні організації адаптивного спорту в Україні.
13. Міжнародні керівні організації адаптивного спорту.
14. Аналіз участі спортсменів України в Паралімпійських літніх іграх.
15. Аналіз участі спортсменів України в Паралімпійських зимових іграх.
16. Етико-деонтологічні аспекти спортивно-оздоровчої роботи з інвалідами.
17. Переваги спорту в роботі з інвалідами.
18. Проблема вибору інвалідом виду спорту.
19. Вимоги до тренера, який працює з інвалідами.
20. Цільово-результативні аспекти адаптивного спорту.
21. Етичні аспекти класифікації в адаптивного спорту.
22. Фактори, що зумовлюють виникнення та розвиток адаптивного спорту .
23. Адаптивний спорт як соціальне явище.
24. Концепція адаптивного спорту у системі міжнародного олімпійського руху.
25. Мета та завдання адаптивного спорту.
26. Загальні принципи адаптивного спорту.
27. Методичні принципи адаптивного спорту.
28. Специфічно-спортивні принципи адаптивного спорту.
29. Загальні соціальні функції адаптивного спорту.
30. Специфічні соціальні функції адаптивного спорту.
31. Специфічність вимог до організації спортивних змагань з інвалідами.
32. Класифікація інвалідів в залежності від рівня пошкодження (ММТ).
33. Загальна характеристика нозології ПОРА.
34. Загальні завдання занять спортом з інвалідами з ураженням опорно- рухового апарату.

35. Спеціальні завдання занять спортом з інвалідами з ураженням опорно-рухового апарату.
36. Корекційні завдання занять спортом з інвалідами з ураженням опорно-рухового апарату.
37. Визначення рівня фізичної підготовленості інвалідів з ПОРА.
38. Табори активної реабілітації.
39. Корекційно-реабілітаційна програма спортсменів з ПОРА.
40. Класифікація інвалідів з ураженням хребта і спинного мозку (ІСМГФ).
41. Основні види спорту, що використовуються у заняттях з інвалідами з ПОРА.
42. Атлетична гімнастика як базовий вид спорту для інвалідів з ПОРА, її характеристика.
43. Плавання як базовий вид спорту для інвалідів з ПОРА, його характеристика.
44. Класифікація інвалідів, що мають пошкодження хребта і спинного мозку (ІСМГФ).
45. Класифікація спортсменів-інвалідів з церебральним паралічем.
46. Класифікація спортсменів-інвалідів з ампутаціями.
47. Класифікація спортсменів-інвалідів з іншими пошкодженнями опорно-рухового апарату.
48. Основні засоби та методи спортивного тренування на різних етапах багаторічної підготовки інвалідів з ПОРА.
49. Традиції і сучасний стан спортивної роботи з особами з вадами інтелекту.
50. Діяльність організації “Спеціальні Олімпіади України”
51. Завдання занять спортом з особами з вадами інтелекту.
52. Визначення права участі в “Спеціальних Олімпіадах”.
53. Організація і проведення змагань з особами з вадами інтелекту.
54. Класифікація осіб з вадами інтелекту.
55. Вікові групи учасників змагань за програмами “Спеціальних Олімпіад”.
56. Правило 10% (15%) – основа формування дивізіонів в змаганнях “Спеціальних Олімпіад”.
57. Види змагань за програмою “Спеціальних Олімпіад”.
58. Принципи дивізіонування в змаганнях за програмою “Спеціальних Олімпіад”.
59. Характеристика тренувальних програм “Спеціальних Олімпіад”.
60. Структура та зміст спортивного тренування з особами з вадами інтелекту.
61. Філософія “Спеціальних Олімпіад”.
62. Офіційні види спорту, що використовуються у заняттях з особами з вадами інтелекту.
63. Заборонені види спорту в програмах “Спеціальних Олімпіад”.

## 9. РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ

### Для екзамену

Поточне оцінювання та самостійна робота						Сума	Екзамен
	Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2		Змістовий модуль 3	Змістовий модуль 4		
	T1	T2	T3	T4	T5		
<b><i>Денна форма</i></b>	<b>15</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>50</b>	<b>50</b>
Опитування на занятті	5	5	5	5	5	25	
Виконання завдань з самостійної роботи	5	-	-	-	-	5	
Виконання завдань практичних занять	-	-	-	5	5	10	
Матеріали самопідготовки	2	2	2	2	2	10	
<b><i>Заочна форма</i></b>	<b>9</b>	<b>14</b>	<b>5</b>	<b>9</b>	<b>13</b>	<b>50</b>	<b>50</b>
Опитування на занятті	5	-	-	-	-	5	
Виконання завдань з самостійної роботи	-	-	-	5	5	10	
Виконання завдань практичних занять	-	-	-	5	5	10	
Матеріали самопідготовки	5	5	5	5	5	25	

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	<b>A</b>	відмінно	зараховано
82-89	<b>B</b>	добре	
74-81	<b>C</b>		
64-73	<b>D</b>	задовільно	
60-63	<b>E</b>		
35-59	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

## **10.МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТЕМИ ТА КОРОТКИЙ ЗМІСТ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ**

### **Змістовий модуль 1. Адаптивний і паролімпійський спорт як вид соціальної практики**

#### **Заняття 1-2. Адаптивний і паролімпійський спорт як соціальне явище**

Передумови виникнення та етапи розвитку паролімпійського спорту. Мета та завдання адаптивного спорту. Основні напрямки адаптивного спорту. Основні принципи адаптивного спорту. Соціальні функції адаптивного спорту.

#### **Алгоритм виконання самостійної роботи**

Підготувати реферат “Україна в Паролімпійському русі”

➤ Структура реферату

1. Титульний аркуш:

- назва навчального закладу;
- кафедра;
- назва реферату;
- виконавець (П.І.П., група, факультет);
- місто, рік.

2. Зміст (план).

3. Вступ.

4. Основний текст розділів і підрозділів реферату з посиланнями на літературні джерела наведені у списку літератури (у квадратних дужках, наприклад [4], де «4» - порядковий номер джерела).

5. Висновки.

➤ Захист реферату.

### **Змістовий модуль 2. Методичні основи адаптивного та паролімпійського спорту**

#### **Заняття 3-4. Методичні основи адаптивного та паролімпійського спорту**

Структура системи підготовки в адаптивному спорті. Корекційно-реабілітаційна програма. Специфічні засоби і методи спортивного тренування в адаптивному спорті. Класифікація – основа системи підготовки в адаптивному спорті. Принципи класифікацій в адаптивному спорті.

#### **Заняття 5. Особливості спортивної роботи з інвалідами**

Етико-деонтологічні аспекти спортивно-оздоровчої роботи з інвалідами. Специфічність вимог до організації спортивних змагань з

інвалідами. Проведення нетрадиційних змагань з інвалідами. Класифікація інвалідів в залежності від пошкодження.

### **Змістовий модуль 3. Спортивна підготовка інвалідів, що мають пошкодження опорно-рухового апарату**

#### **Заняття 6. Спортивна підготовка інвалідів, які мають пошкодження опорно- рухового апарату**

Загальна характеристика нозології. Класифікації спортсменів з пошкодженням опорно-рухового апарату. Класифікація спортсменів з пошкодженням хребта і спинного мозку. Класифікація спортсменів з наслідками церебрального паралічу. Класифікація інвалідів з ампутаціями. Класифікація інвалідів з „іншими пошкодженнями опорно-рухового апарату”. Корекційно- реабілітаційна підготовка спортсменів з ПОРА. Завдання корекційно- реабілітаційної підготовки спортсменів з ПОРА. Визначення рівня фізичної підготовленості інвалідів з ПОРА. Базові види спорту для спортсменів з ПОРА. Форми організації тренувань на етапі корекційно-реабілітаційної підготовки. Основні засоби спортивної підготовки інвалідів з ПОРА.

#### **Заняття 7. Програма тренувань для інвалідів з ПОРА (практичне).**

##### **Алгоритм:**

Завдання: “Скласти програму тренувань для спортсменів-інвалідів з ПОРА”.

Визначити:

1. Вік і стать спортсмена.
2. Характер рухових порушень:

загальна характеристика рухових можливостей (для спортсменів з ПХСМ вказати рівень локалізації пошкодження хребта, результати ММТ та клас за класифікацією ISMGF; для спортсменів з церебральним паралічем вказати характер рухових розладів та клас згідно із класифікацією CP-ISRA; для спортсменів з ампутаціями вказати характер ампутації та клас згідно із класифікацією ISOD).

3. Спортивна спеціалізація.
4. Спортивний стаж.
5. Періодичність, тривалість та місце проведення тренувальних занять.
6. Характеристика періоду, що планується.
7. Завдання на період підготовки, що планується.
8. План підготовки (визначити зміст тренувальних занять, обсяг та інтенсивність навантаження, співвідношення окремих розділів роботи). Форма плану довільна.
9. Теоретико-методичне обґрунтування обраних засобів, методів та

дозування навантаження в підготовці спортсмена.

#### **Змістовий модуль 4. Спортивна підготовка спортсменів, які мають вади інтелекту**

##### **Заняття 8. Спортивна підготовка осіб з вадами інтелекту**

Класифікація осіб з вадами інтелекту (“КІ”) Традиції і сучасний стан спортивної роботи з особами з вадами інтелекту. Завдання занять спортом з особами з вадами інтелекту. Філософія Спеціальних Олімпіад. Організація і проведення змагань з особами з вадами інтелекту. Структура та зміст спортивного тренування осіб з вадами інтелекту. Характеристика видів спорту, які використовуються у заняттях з особами з вадами інтелекту.

##### **Заняття 9. Програма тренувань для інвалідів з вадами інтелекту (практичне).**

###### **Алгоритм:**

Завдання “Скласти програму тренувань для спортсменів-інвалідів з вадами інтелекту”.

Визначити:

1. Вік і стать спортсмена. Вказати вікову групу.
2. Характер інтелектуальних порушень. Вказати ступінь розумової відсталості (КІ)
3. Спортивна спеціалізація.
4. Спортивний стаж.
5. Періодичність, тривалість та місце проведення тренувальних занять.
6. Характеристика періоду, що планується.
7. Завдання на період підготовки, що планується.
8. План підготовки (визначити зміст тренувальних занять, обсяг та інтенсивність навантаження, співвідношення окремих розділів роботи). Форма плану довільна.
9. Теоретико-методичне обґрунтування обраних засобів, методів та дозування навантаження в підготовці спортсмена.

## 11. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

### Базова

1. Бріскін Ю. А. Вступ до теорії спорту інвалідів: [навч. посіб. для студ. ВНЗ фіз.. вих.. і с.] / Юрій Бріскін, Аліна Передерій. – Л.: «Апріорі», 2008. – 68 с., іл.. – ISBN: 78-966-8256-71-4
2. Бріскін Ю. А. Спорт інвалідів : [підруч. для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту] / Ю. А. Бріскін. – К. : Олімпійська література, 2006. – 263 с. – ISBN 966-7133-79-6
3. Бріскін Ю.А. Адаптивний спорт. Спеціальні Олімпіади: навчальний посібник. - Львів: “Ахіл”, 2003. - 128 с.
4. Бріскін Ю.А. Організаційні основи Паралімпійського спорту: навчальний посібник. - Л.:“Кобзар”, 2004. - 180 с., іл.

### Допоміжна

1. Передерій А., Борисова О., Бріскін Ю. Общая характеристика классификаций в спорте инвалидов // Наука в олимпийском спорте. - 2006. - № 1. - С. 50-54.
2. Бріскін Ю.А., Передерій А.В. Класифікаційні стратегії Паралімпійського спорту //Оздоровча і спортивна робота з неповносправними / За заг.ред. Бріскіна Ю., Линця М., Боляха Е., Мігасевича Ю. Львів: Видавець Тарас Сорока.- 2004.- - С. 22-29
3. Григоренко В.Г. Дифференциально-интегральный подход в организации педагогической системы коррекции двигательной сферы инвалидов с нарушениями функций спинного мозга // Тезисы докладов 1-й Всесоюзной научной конференции “Физическая культура и спорт инвалидов”. -Одесса, 1989.
4. Григоренко В.Г. Принцип дифференциально-интегральных оптимумов - Симаков Ю.П. Генезис и типологическая классификация параолимпийского движения // Теория и практика физической культуры. -1991. -№ 7. -С. 7-10.
5. Симаков Ю.П. Параолимпийское движение: структура и тенденции развития // ВНИИФК. Тезисы всесоюзной науч. конф. по проблемам олимпийского спорта (Челябинск, 22-26 мая 1991 г.). -М., 1991. -С. 48-50.
6. Соболевский В.И. Этико-деонтологические аспекты физкультурно-оздоровительной работы среди инвалидов // Теория и практика физической культуры. -1990. -№ 1. -С. 48-50.

### 12. Інформаційні ресурси

1. Мультимедійне забезпечення
2. [www.paralympic.org](http://www.paralympic.org)
3. [www.paralympic.org.ua](http://www.paralympic.org.ua)
4. [www.specialolympics.org](http://www.specialolympics.org)
5. [www.deaflympics.org](http://www.deaflympics.org)
6. [www.ciss.com](http://www.ciss.com)
7. [www.ibsa-sports.org](http://www.ibsa-sports.org)