

# МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

(найменування центрального органу управління освітою, власник)

## ЗАГАЛЬНА ТЕОРІЯ АДАПТИВНОГО СПОРТУ

(назва навчальної дисципліни)

### ПРОГРАМА

нормативної навчальної дисципліни

підготовки бакалаврів

(назва освітньо-кваліфікаційного рівня)

галузь знань 01 Освіта

(шифр і назва напрямку)

спеціальності 017 Фізична культура і спорт

(шифр і назва спеціальності)

(Шифр за ОПП )

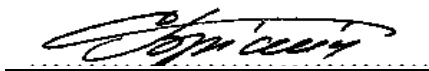
ЛЬВІВ - 2018

Навчальна програма з дисципліни «**Загальна теорія адаптивного спорту**» для студентів, які навчаються за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт. VIII семестр (денна форма навчання), IX-X семестр (заочна форма навчання).

Розробник: **лектор** - д.фіз.вих., професор Передерій А.В.

Навчальна програма затверджена на засіданні кафедри Теорії спорту та фізичної культури 28.08.18 р. протокол № 1

Завідувач кафедри Теорії спорту та фізичної культури



(підпис)

(Бріскін Ю.А.)

(прізвище та ініціали)

## ВСТУП

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни “Загальна теорія адаптивного спорту” складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки підготовки студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

**Предметом вивчення навчальної дисципліни є знання про організаційні, програмно-нормативні та методичні основи спорту осіб з інвалідністю.**

**Міждисциплінарні зв’язки:** "Загальна теорія підготовки спортсменів", "Олімпійський спорт", дисципліни медико-біологічного циклу.

Програма навчальної дисципліни складається з таких змістових модулів:

**Змістовий модуль 1.** Адаптивний спорт в системі міжнародного олімпійського руху.

**Змістовий модуль 2.** Адаптивний спорт як вид соціальної практики.

**Змістовий модуль 3.** Спортивна підготовка осіб з інвалідністю, які мають пошкодження опорно-рухового апарату.

**Змістовий модуль 4.** Спортивна підготовка осіб з відхиленнями розумового розвитку.

### 1. Мета та завдання навчальної дисципліни

1.1.**Метою** навчальної дисципліни “Загальна теорія адаптивного спорту” 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 осіб з інвалідністю до змагань.

1.2. **Завданнями** дисципліни є формування професійного світогляду студентів, основ знань і навичок з питань історії, організації і управління адаптивним спортом, сучасної системи підготовки осіб з інвалідністю до змагальної діяльності.

1.3. Згідно з вимогами студенти повинні:

**знати:** організацію і побудову паралімпійського руху, особливості спортивної роботи з особами з інвалідністю різних нозологій (осіб з вадами слуху, осіб з вадами зору, осіб з відхиленнями розумового розвитку, осіб з пошкодженнями опорно-рухового апарату та ін.), організацію і проведення змагань для осіб з інвалідністю різних нозологій, правила проведення змагань серед осіб з інвалідністю тощо.

**вміти:** застосовувати у практичній діяльності одержані знання, використовувати сучасні засоби і методи спортивного тренування в підготовці осіб з інвалідністю до участі в змагальній діяльності як на національному, так і на міжнародному рівні.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 90 години / 3 кредити ECTS.

## **2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни**

### **МОДУЛЬ 1**

#### **Змістовий модуль 1. Адаптивний спорт в системі міжнародного Олімпійського руху**

##### **Тема 1. Місце адаптивного спорту в міжнародній Олімпійській системі.**

Олімпійський рух, його характеристика та зміст. Олімпійський рух як “концентрована, організована, універсальна і постійна діяльність всіх осіб та організацій, яких надихають цінності Олімпізму, що проводиться під керівництвом МОК. Ця діяльність охоплює п’ять континентів. Вона досягає своєї вершини, коли збирає разом атлетів світу на величезному спортивному фестивалі — Олімпійських іграх...” (Олімпійська Хартія).

Складові олімпійського руху. Історичні джерела паралімпійського руху. Характерні риси складових елементів паралімпійського руху. Особливості комплексних спортивних змагань олімпійської системи. Опіка МОК над комплексними спортивними змаганнями. Правило 2 Олімпійської хартії: “Виконком МОК може надати патронат МОК міжнародним регіональним, континентальним або всесвітнім комплексним змаганням на умовах, які МОК вважатиме резонними, за умови, що вони будуть проводитися відповідно до Олімпійської Хартії й будуть організовані під контролем НОКів або асоціацій, визнаних МОК, при сприянні відповідних МСФ і при дотриманні технічних правил МСФ. Виконком МОК може надати патронат МОК іншим спортивним заходам, за умови, що їхні завдання відповідають цілям Олімпійського руху” (Олімпійська Хартія).

Типологічна класифікація олімпійського руху. Ігри територіальної приналежності. Ігри етнографічної приналежності. Ігри релігійної приналежності. Ігри професійної приналежності. Ігри медико-реабілітаційної спрямованості. Ігри за соціальною приналежністю. Ігри за професійною приналежністю. Ігри за віковою приналежністю. Рух “Спорт для всіх”.

Змагання для осіб з інвалідністю в Міжнародній олімпійській системі. “Паралімпійські ігри” - Олімпійські ігри для осіб з інвалідністю. Міжнародний паралімпійський комітет (МПК) - керівний орган Паралімпійського руху. Нозології осіб з інвалідністю, які беруть участь в Паралімпійських іграх. Організації, які відповідають за спортивну роботу серед осіб з інвалідністю різних нозологій. Міжнародний спортивний комітет глухих (Comitee International des Sports des Sourds, CISS), з 2003р. Міжнародний дефлімпійський комітет, Міжнародна Федерація Сток-Мандевільських ігор (International Stock Mandeville Games Federation - ISMGF), нині Міжнародна Сток-Мандевільська Федерація Спорту на Візках (International Stock Mandeville Wheelchair Sport Federation - ISMWSF), Міжнародна спортивна організація інвалідів (International Sports Organization for the Disabled, ISOD), Міжнародна організація Спеціальних Олімпіад (Special Olympics Inc, SOI), Міжнародна спортивна і рекреаційна асоціація осіб з церебральним паралічем (Cerebral Palsy - International Sports and

Recreation Association, CP-ISRA), Міжнародна спортивна асоціація сліпих (International Blind Sports Association, IBSA).

Загальна характеристика Дефлімпійського спорту. Загальна характеристика Спеціальних Олімпіад. Спортсмени України в Паралімпійських іграх. Результати участі паралімпійців України в X (Атланта), XI (Сідней), XII (Афіни), XIII (Пекін), XIV (Лондон) та XV (Ріо-де-Жанейро) Паралімпійських іграх. Результати участі паралімпійців України в зимових Паралімпійських іграх: 1998 р. (Нагано), 2002 р. (Солт-Лейк-Сіті), 2006 р. (Турин), 2010 р. (Ванкувер), 2014 р. (Сочі).

## **Змістовий модуль 2. Адаптивний спорт як вид соціальної практики**

### **Тема 2. Адаптивний спорт як соціальне явище.**

Характеристика адаптивного спорту як соціального явища. Фактори, що зумовлюють виникнення та розвиток адаптивного спорту. Соціально-культурні, ідеологічні та соціально-політичні, соціально-економічні та особистісні фактори. Концепція адаптивного спорту – інтеграція осіб з інвалідністю в суспільне життя через використання засобів спорту (шляхом тренувальної та змагальної діяльності). Мета і завдання адаптивного спорту. Функції адаптивного спорту. Загальні соціальні функції адаптивного спорту (гуманістична, соціалізуюча, комунікативна, освітня, виховна та видовищна). Специфічні соціальні функції адаптивного спорту (корекційно-компенсаторна, рекреаційно-оздоровча, моделювання поведінки, інтегративна, гедоністична та змагальна). Основні принципи адаптивного спорту. Загальні принципи адаптивного спорту (гуманістичності, соціалізації, оздоровчої та реабілітаційної спрямованості). Методичні принципи адаптивного спорту (принцип свідомості та активності, принцип наочності, принцип доступності та індивідуалізації, принцип систематичності та безперервності). Специфічно-спортивні принципи (принцип спрямованості до вищих досягнень та принцип нозологічної детермінованості структури змагальної діяльності та підготовки спортсменів).

### **Тема 3. Особливості спортивної роботи з особами з інвалідністю.**

Етико-деонтологічні аспекти спортивно-оздоровчої роботи серед осіб з інвалідністю. Практичне значення спортивно-медичної деонтології. Етичні і моральні норми у взаємовідносинах лікаря, тренера та осіб з інвалідністю, які займаються спортом. Проблема вибору особами з інвалідністю виду спорту. Оцінка особами з інвалідністю власного рівня функціональних можливостей. Оздоровча дія занять спортом на фізичний стан осіб з інвалідністю. Вимоги до професійної підготовки тренерів і спортивних лікарів, які працюють з особами з інвалідністю в спорті. Специфічність вимог до організації і проведення спортивних змагань серед осіб з інвалідністю. Організація відправки і зустрічей спортсменів, вирішення проблеми транспорту. Вирішення проблеми проживання під час проведення змагань. Вирішення проблеми харчування під час змагань. Підготовка і обладнання місць проведення змагань для спортсменів різних нозологій. Вирішення

проблеми спілкування. Вимоги до суддів і суддівства. Культурна програма під час проведення змагань.

Етичний аспект класифікації спортсменів. Особливості процедури спортивної класифікації. Мануально-м'язове тестування (ММТ) - метод оцінки м'язової сили осіб з інвалідністю за міжнародною таблицею. Характеристика критеріїв оцінки м'язової сили. Переваги та недоліки мануально-м'язового тестування.

### **Змістовий модуль 3. Спортивна підготовка осіб з інвалідністю, які мають пошкодження опорно-рухового апарату**

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

Загальна характеристика нозології. Традиції і сучасний стан спортивної роботи з особами з інвалідністю з ураженням опорно-рухового апарату. Історія залучення осіб з інвалідністю до занять спортом. Доктор Л.Гуттманн і англійський центр лікування спинно-мозкових травм у Сток-Мендевілі.

Класифікація спортсменів з пошкодженням опорно-рухового апарату. Класифікація спортсменів з порушенням хребта і спинного мозку. Міжнародна класифікація ІСМГФ (Міжнародна федерація Сток-Мендевільських ігор). Загальна характеристика церебрального паралічу. Рухові розлади при церебральному паралічі. Міжнародна класифікація спортсменів з церебральним паралічем. Загальна характеристика класифікації спортсменів з ампутаціями. Загальна характеристика класифікації спортсменів з „іншими пошкодженнями опорно-рухового апарату”

Корекційно-реабілітаційна підготовка спортсменів з пошкодженням опорно-рухового апарату: зміст, обладнання, завдання (загальні, корекційні, спеціальні).

Нові шляхи реабілітації осіб з інвалідністю засобами спорту: центр відновлювального спорту у Бейтонсталені (Норвегія), табори активної реабілітації (діяльність таборів активної реабілітації за кордоном і в Україні, види спорту, якими займаються особи із порушенням хребта і спинного мозку у таборах активної реабілітації, основні принципи організації і проведення занять), програма RESPO DS-DI.

Заняття спортом - ефективний засіб підтримання і підвищення працездатності осіб з інвалідністю. Базові види спорту у заняттях з особами з інвалідністю, що мають ураження опорно-рухового апарату. Атлетична гімнастика як базовий вид спорту для осіб з порушенням хребта і спинного мозку, його характеристика. Плавання як базовий вид спорту для осіб з порушенням хребта і спинного мозку, його характеристика. Спортивні ігри як базові види спорту для осіб з порушенням хребта і спинного мозку, їх характеристика.

Поняття спортивної підготовки осіб з порушенням хребта і спинного мозку та її основні складові. Види підготовки в навчально-тренувальному процесі осіб з порушенням хребта і спинного мозку. Можливості, які можуть реалізувати особи з інвалідністю під час спортивної підготовки. Основні

теоретико-методичні положення системи спортивної підготовки осіб з інвалідністю з порушенням функцій хребта і спинного мозку. Підпорядкованість спортивної підготовки осіб з інвалідністю загальним закономірностям навчання, розвитку і виховання. Відображення в спортивній підготовці осіб з інвалідністю повної системи педагогічних принципів спортивного тренування. Основні засоби (загальноспортивні, специфічні: пасивні, активно-пасивні, активні, з допомогою тощо; корекційні) та методи (Тандо-метод) тренування на різних етапах багаторічної спортивної підготовки осіб з інвалідністю з порушеннями функцій хребта і спинного мозку.

#### **Змістовий модуль 4. Спортивна підготовка осіб з відхиленнями розумового розвитку**

##### **Тема 5. Спортивна підготовка осіб з відхиленнями розумового розвитку.**

Типологізація осіб з відхиленнями розумового розвитку. Поняття розумової відсталості. Поняття “коефіцієнта інтелекту” (“КІ”). Характеристика груп осіб з відхиленнями розумового розвитку.

Традиції і сучасний стан спортивної роботи з особами з затримкою розумового розвитку. Поняття розумової відсталості. Історія залучення осіб з відхиленнями розумового розвитку до занять спортом. Стан спортивної роботи з особами вадами інтелекту в США. Юніс Кеннеді Шрайвер і літні денні табори для дітей і дорослих з відхиленнями розумового розвитку. 1988 р., рішення Міжнародного олімпійського комітету офіційно затверджує і визнає “Спеціальні Олімпіади”. Характеристика “Спеціальних Олімпіад” – аматорської організації, яка відкрита для всіх осіб з відхиленнями розумового розвитку.

Завдання занять спортом з особами з затримкою розумового розвитку. Поняття “нормалізація” – філософська основа заходів по інтеграції і включенню в нормальне життя осіб з відхиленнями розумового розвитку. Загальні завдання занять спортом з особами з відхиленнями розумового розвитку. Спеціальні завдання занять спортом з особами з відхиленнями розумового розвитку. Філософія Спеціальних Олімпіад. Ігри Спеціальних Олімпіад. Умови проведення Ігор Спеціальних Олімпіад. Офіційний дозвіл на проведення Спеціальних Олімпіад. Групи учасників змагань у Спеціальних Олімпіадах. “Правило 10%” – реалізація принципу рівності при формуванні груп учасників змагань. Вікові групи учасників Спеціальних Олімпіад. Критерії для переходу спортсменів на більш високий рівень змагань. Визначення права участі у Спеціальних Олімпіадах. Мінімальні вимоги, котрих необхідно дотримуватися при проведенні змагань Спеціальних Олімпіад. Церемонія урочистого відкриття змагань. Проведення змагань. Вручення нагород. Церемонія урочистого закриття змагань. Структура та зміст спортивного тренування осіб з відхиленнями розумового розвитку (на прикладі легкої атлетики). Рекомендовані дисципліни легкої атлетики для занять осіб з відхиленнями розумового розвитку. Зміст навчально-тренувального заняття. Структура і зміст підготовчої (розминка) і заключної частин тренувального заняття. Восьмитижнева тренувальна

програма (мезоцикл) з легкої атлетики. Базові види спорту, що використовуються у заняттях з особами з відхиленнями розумового розвитку. Визнані види спорту в програмах Спеціальних Олімпіад. Офіційні види спорту в програмах Спеціальних Олімпіад. Національно-популярні види спорту в програмах Спеціальних Олімпіад. Заборонені види спорту в програмах “Спеціальних Олімпіад”.

### **3. Рекомендована література**

#### **Основна:**

1. Бріскін Ю. А. Спорт інвалідів : [підруч. для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту] / Ю. А. Бріскін. – Київ : Олімпійська література, 2006. – 263 с. – ISBN 966-7133-79-6.
2. Бріскін Ю. А. Адаптивний спорт. Спеціальні Олімпіади : навч. посіб. – Львів : Ахіл, 2003. – 128 с.
3. Бріскін Ю. А. Організаційні основи Паралімпійського спорту : навч. посіб. – Львів : Кобзар, 2004. – 180 с., іл.
4. Бріскін Ю. А. Вступ до теорії спорту інвалідів : навч. посіб. / Ю. А. Бріскін, А. В. Передерій. – Львів : Априорі, 2008. – 70 с.
5. Передерій А. В. Спеціальні Олімпіади в сучасному світі : монографія / А. В. Передерій. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 296 с.

#### **Допоміжна:**

1. Бріскін Ю. А. Класифікаційні стратегії Паралімпійського спорту / Бріскін Ю. А., Передерій А. В. //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.
2. Григоренко В. Г. Дифференциально-интегральный подход в организации педагогической системы коррекции двигательной сферы инвалидов с нарушениями функций спинного мозга / В. Г. Григоренко // Физическая культура и спорт инвалидов : тез. докл. I Всесоюз. науч. конф. – Одесса, 1989.
3. Передерій А. Общая характеристика классификаций в спорте инвалидов / Алина Передерій, Ольга Борисова, Юрий Брискин // Наука в олимпийском спорте. – 2006. – № 1. – С. 50–54.
4. Передерій А. В. Теоретико-методичні підходи до періодизації багаторічної підготовки спортсменів у адаптивному спорті / Передерій А. В., Розторгуй М. С. // Спортивний вісник Придніпров'я. –2016. – № 1. – С. 91–95.
5. Розторгуй М. Підготовка спортсменів з інвалідністю на етапі спортивно-реабілітаційної підготовки в силових видах спорту / Марія Розторгуй, Аліна Передерій // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – 2018. – № 1(41). – С. 61–66.
6. Соболевский В. Этико-деонтологические аспекты физкультурно-оздоровительной работы среди инвалидов / В. Соболевский // Теория и практика физической культуры. – 1990. – № 1. – С. 48–50.



7. Organizational basics implementation of the programs of Special Olympics / Yevgenij Prystupa, Alina Perderiy, Yuriy Briskin, Maryan Pityn // Harvard Journal of Fundamental and Applied Studies. – 2015, – N 1(7), Vol. 8. – P. 266–272.
8. Roztorhui M. The training system of athletes with disabilities in strength sports / Mariia Roztorhui, Alina Perederiy, Yuriy Briskin, Olexandr Tovstonoh // Sportlogia. – Banja Luka, 2018. – Т. 14, N 1. – P. 98–106.

#### **Інформаційні ресурси інтернет:**

1. Мультимедійне забезпечення лекційного курсу.
2. Відеоматеріали змагань осіб з інвалідністю різних нозологій.
3. Official website of the Paralympic Movement [Electronic resource]. – Access mode: [www.paralympic.org](http://www.paralympic.org)
4. Національний комітет спорту інвалідів України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [www.paralympic.org.ua](http://www.paralympic.org.ua)
5. Special Olympics [Electronic resource]. – Access mode: [www.specialolympics.org](http://www.specialolympics.org)
6. Deaflympics [Electronic resource]. – Access mode: [www.deaflympics.org](http://www.deaflympics.org)

#### **4. Форма підсумкового контролю успішності навчання: залік.**

#### **5. Засоби діагностики успішності навчання:**

1. Перевірка конспектів самопідготовки;
2. Опитування на семінарах;
3. Написання аналітичної письмової роботи;
4. Написання творчої письмової роботи;
5. Іспит

#### **Екзаменаційні вимоги з дисципліни «Загальна теорія адаптивного спорту»**

1. Загальна характеристика Олімпійський руху.
2. Типологічна класифікація Олімпійського руху.
3. Характерні ознаки змагань Олімпійського руху.
4. Ігри осіб з інвалідністю в Олімпійському русі.
5. Генеза Паралімпійського руху.
6. Програма Паралімпійських ігор.
7. Генеза Дефлімпійського руху.
8. Програма Дефлімпійських ігор.
9. Генеза руху Спеціальних Олімпіад.
10. Діяльність Людвіга Гуттманна як фундатора Паралімпійського руху.
11. Діяльність Юніс Кеннеді Шрайвер як фундатора руху Спеціальних Олімпіад.
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 особами з інвалідністю.
17. Переваги спорту в роботі з особами з інвалідністю.
18. Проблема вибору особами з інвалідністю виду спорту.
19. Вимоги до тренера, який працює з особами з інвалідністю.
20. Класифікація спортсменів для участі в змаганнях в адаптивному спорті.
21. Сучасна класифікація спортсменів-учасників Паралімпійських ігор.
22. Фактори, що зумовлюють виникнення та розвиток адаптивного спорту.
23. Адаптивний спорт як соціальне явище.
24. Концепція, мета та завдання адаптивного спорту.
25. Загальні принципи адаптивного спорту.
26. Методичні принципи адаптивного спорту.
27. Специфічно-спортивні принципи адаптивного спорту.
28. Загальні соціальні функції адаптивного спорту.
29. Специфічні соціальні функції адаптивного спорту.
30. Специфічність вимог до організації спортивних змагань для осіб з інвалідністю.
31. Використання мануально-м'язового тестування (ММТ) в класифікації осіб з ПОРА.
32. Загальна характеристика нозології пошкодженнями опорно-рухового апарату..
33. Загальні завдання занять спортом з особами з пошкодженнями опорно-рухового апарату.
34. Спеціальні завдання занять спортом з особами з пошкодженнями опорно-рухового апарату.
35. Корекційні завдання занять спортом з особами з пошкодженнями опорно-рухового апарату.
36. Визначення рівня фізичної підготовленості осіб з пошкодженнями опорно-рухового апарату..
37. Табори активної реабілітації.
38. Корекційно-реабілітаційна програма спортсменів з пошкодженнями опорно-рухового апарату..
39. Базові види спорту, що використовуються у заняттях з особами з пошкодженнями опорно-рухового апарату.
40. Атлетична гімнастика як базовий вид спорту для осіб з пошкодженнями опорно-рухового апарату, її характеристика.
41. Плавання як базовий вид спорту для осіб з пошкодженнями опорно-рухового апарату, його характеристика.
42. Проблеми класифікації в сучасному адаптивному спорті.
43. Класифікація спортсменів з ураженням хребта і спинного мозку.
44. Класифікація спортсменів з церебральним паралічем.
45. Класифікація спортсменів з ампутаціями.

- 46.Класифікація спортсменів з іншими пошкодженнями опорно-рухового апарату.
- 47.Специфічні засоби та методи спортивного тренування осіб з пошкодженнями опорно-рухового апарату..
- 48.Діяльність організації “Спеціальні Олімпіади України”
- 49.Завдання занять спортом з особами з відхиленнями розумового розвитку.
- 50.Визначення права участі в “Спеціальних Олімпіадах”.
- 51.Організація і проведення змагань за програмами Спеціальних Олімпіад.
- 52.Класифікація осіб з відхиленнями розумового розвитку.
- 53.Вікові групи учасників змагань за програмами “Спеціальних Олімпіад”.
- 54.«Правило 15%» – основа формування дивізіонів в змаганнях “Спеціальних Олімпіад”.
- 55.Види змагань за програмою “Спеціальних Олімпіад”.
- 56.Принципи дивізіонування в змаганнях за програмою “Спеціальних Олімпіад”.
- 57.Характеристика тренувальних програм “Спеціальних Олімпіад”.
- 58.Структура та зміст спортивного тренування з особами з відхиленнями розумового розвитку.
- 59.Методичні положення проведення тренувальних занять для осіб з відхиленням розумового розвитку.
- 60.Філософія “Спеціальних Олімпіад”.
- 61.Визнані види спорту в програмах Спеціальних Олімпіад.
- 62.Офіційні види спорту в програмах Спеціальних Олімпіад.
- 63.Національно-популярні види спорту в програмах Спеціальних Олімпіад.
- 64.Заборонені види спорту в програмах “Спеціальних Олімпіад”.