

Методическое обеспечение УСРС 1

по учебной дисциплине «**Особенности подготовки в адаптивном спорте**»

Тема 2. Структура и содержание тренировочного процесса в многолетней тренировке инвалидов.

Время: 2 учебных часа.

Вопросы, которые необходимо осветить в УСРС:

1. Виды подготовки и их особенности на различных этапах многолетней подготовки спортсменов с инвалидностью
2. Направленность развития двигательных способностей инвалидов в различных видах спорта.
3. Индивидуализация спортивной техники в адаптивном спорте, ее вариативность и стабильность.
4. Формирование мотивации к занятиям адаптивным спортом у инвалидов.
5. Планирование, его виды и значение для достижения спортивного результата.
6. Контроль, его виды и значение для спортсменов с инвалидностью.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Бегидова, Т.П. Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 192 с.
2. Евсеев, С.П. Адаптивная физическая культура: учеб. пособие. / С.П. Евсеев, Л.В. Шапкова. – М.: Советский спорт, 2004. – 240 с.
3. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2 тт. Т. 2. Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / под ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2005. – 448 с.
4. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2003. – 480 с.
5. Шапкова, Л.В. Средства адаптивной физической культуры: метод. рекоменд. по физкультурно-оздоровительным занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии / Л.В. Шапкова – М.: Советский спорт, 2001. – 152 с.

Методическое обеспечение УСРС 2

по учебной дисциплине «**Особенности подготовки в адаптивном спорте**»

Тема 3. Особенности методики развития двигательных способностей у инвалидов.

Время: 2 учебных часа

Вопросы, которые необходимо осветить в УСРС:

1. Индивидуальный подход в развитии двигательных способностей у инвалидов.
2. Характерные черты методики развития силовых способностей у лиц с нарушениями интеллекта, зрения, слуха и опорно-двигательного аппарата.
3. Характерные черты методики развития силовых способностей у лиц с нарушениями интеллекта, зрения, слуха и опорно-двигательного аппарата.
4. Характерные черты методики развития выносливости у лиц с нарушениями интеллекта, зрения, слуха и опорно-двигательного аппарата.
5. Характерные черты методики развития координационных способностей у лиц с нарушениями интеллекта, зрения, слуха и опорно-двигательного аппарата.
6. Характерные черты методики развития гибкости у лиц с нарушениями интеллекта, зрения, слуха и опорно-двигательного аппарата.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Бегидова, Т.П. Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 192 с.
2. Евсеев, С.П. Адаптивная физическая культура: учеб. пособие. / С.П. Евсеев, Л.В. Шапкова. – М.: Советский спорт, 2004. – 240 с.
3. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2 тт. Т. 2. Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / под ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2005. – 448 с.
4. Шапкова, Л.В. Средства адаптивной физической культуры: метод. рекоменд. по физкультурно-оздоровительным занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии / Л.В. Шапкова – М.: Советский спорт, 2001. – 152 с.

Методическое обеспечение УСРС 3
по учебной дисциплине «**Особенности подготовки в адаптивном спорте**»

Тема 4. Характеристика вида спорта «Бочча» для инвалидов

Время: 2 учебных часа

Вопросы, которые необходимо осветить в УСРС:

1. Официальные правила игры Бочча.
2. Правила пригодности игроков к игре.
3. Характерные черты физической и технической подготовки в игре Бочча.
4. Тестирование технической подготовленности в игре Бочча.
5. Тактика ведения матча и турниров

ЛИТЕРАТУРА:

1. Бегидова, Т.П. Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 192 с.
2. Евсеев, С.П. Адаптивная физическая культура: учеб. пособие. / С.П. Евсеев, Л.В. Шапкова. – М.: Советский спорт, 2004. – 240 с.
3. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2 тт. Т. 2. Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / под ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2005. – 448 с.
4. Шапкова, Л.В. Средства адаптивной физической культуры: метод. рекоменд. по физкультурно-оздоровительным занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии / Л.В. Шапкова – М.: Советский спорт, 2001. – 152 с.