

ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ
по учебной дисциплине «Особенности подготовки в адаптивном
спорте» для специальности
1-08 80 04 «Физическая культура и спорт»
1 курс д/о, 2 курс з/о
к зачету

1. Социальная и интегративная функция адаптивного спорта.
2. Психологические особенности спортсменов с инвалидностью.
3. Роль психологической подготовки в спорте и жизни человека с инвалидностью.
4. Воспитание морально-волевых качеств в ходе адаптивно-спортивной подготовки.
5. Формирование мотивации к регулярным занятиям адаптивным спортом и здоровому образу жизни.
6. Непрерывное физкультурное образование – как способ социальной адаптации и интеграции людей с инвалидностью.
7. Приобретение бытовой и социальной независимости людей с инвалидностью в процессе занятий адаптивным спортом.
8. Формирование мотивации к занятиям адаптивным спортом у лиц с инвалидностью.
9. Реализация принципов спортивной подготовки у лиц с инвалидностью.
10. Взаимосвязь видов подготовки в адаптивном спорте.
11. Виды подготовки и их особенности на различных этапах многолетней подготовки спортсменов с инвалидностью.
12. Взаимосвязь видов подготовки в адаптивном спорте.
13. Физическая подготовка в адаптивном спорте. Общая и специальная физическая подготовка.
14. Направленность развития двигательных способностей у лиц с инвалидностью.
15. Техничко-тактическая подготовка в адаптивном спорте.
16. Спортивная техника в адаптивном спорте.
17. Индивидуализация формирования техники у спортсменов с инвалидностью.
18. Вариативность и стабильность спортивной техники в адаптивном спорте.
19. Психологическая подготовка в адаптивном спорте.
20. Надежность двигательных навыков в соревновательной деятельности.
21. Структура спортивной тренировки спортсменов с инвалидностью.

22. Управление тренировочным процессом: построение микро-, мезо-, и макроциклов.

23. Формирование мотивации к занятиям адаптивным спортом у лиц с инвалидностью.

24. Структура многолетней подготовки, отбор и спортивная ориентация на ее этапах.

25. Индивидуализация подготовки спортсменов с инвалидностью на этапах углубленного спортивного совершенствования и высших спортивных достижений.

26. Планирование и контроль в системе подготовки спортсменов с инвалидностью.

27. Особенности контроля в адаптивном спорте.

28. Разработка научно-обоснованных методик подготовки спортсменов высокого класса.

29. Пути совершенствования системы подготовки спортсменов-паралимпийцев высокого класса.

30. Совершенствование технических средств, используемых в адаптивном спорте.

31. Разработка научно-обоснованных методик подготовки спортсменов высокого класса.

32. Повышение квалификации тренеров, готовящих спортсменов-паралимпийцев высокого класса.

33. Совершенствование двигательных способностей у спортсменов с инвалидностью за счет устранения вторичных моторных нарушений с помощью стимуляции процессов коррекции и компенсации.

34. Планирование в системе подготовки спортсменов с инвалидностью.

35. Физическая работоспособность и спортивная форма спортсмена с инвалидностью.

36. Адаптация к физическим нагрузкам и внешним условиям как основа получения тренировочных эффектов.

37. Методика развития силовых и скоростных способностей у лиц с нарушениями интеллекта, зрения, слуха и опорно-двигательного аппарата.

38. Методика развития выносливости у лиц с нарушениями интеллекта, зрения, слуха и опорно-двигательного аппарата.

39. Методика развития координационных способностей у лиц с нарушениями интеллекта, зрения, слуха и опорно-двигательного аппарата.

40. Методика развития гибкости у лиц с нарушениями интеллекта, зрения, слуха и опорно-двигательного аппарата.

41. Методика обучения основным техническим элементам в игре Бочча: исходные положения для броска, хват, захват, способ движения мячей, техника бросков.

42. Тестирование физической и технической подготовленности спортсменов в игре Бочча.

43. Тактика ведения матча и турниров в игре Бочча.

44. Тактика и стратегия ведения матча и турниров в теннисе на колясках.
45. Направленность ОФП и СФП в подготовке спортсменов с инвалидностью, игроков в Бочча.
46. Правила, отличающие теннис на инвалидных колясках.
47. Спортивная функциональная классификация игроков в теннисе на колясках.
48. Судейская терминология, судейские жесты в теннисе на колясках.
49. Направленность ОФП и СФП в теннисе на колясках.
50. Методика обучения основным техническим элементам в теннисе на колясках.
51. Тестирование физической и технической подготовленности спортсменов в теннисе на колясках.
52. Направленность ОФП и СФП в баскетболе на колясках. Тактика ведения матча и соревнований в баскетболе на колясках.
53. Обучение защитным действиям в баскетболе на колясках.
54. Тестирование физической и технической подготовленности спортсменов в баскетболе на колясках.

Зав.кафедрой ЛФК и ФКД