

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Павлов
Евгений
Александрови
ч
2020.12.29
15:51:38 +03'00'

Институт Туризма рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Физиология

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б.1.Б13 Физиология человека»

Направление подготовки/специальность: 49.03.02
Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья

Направленность (профиль): Адаптивное физическое воспитание
: Лечебная физическая культура
: Физическая реабилитация

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*
Год набора 2016г.

Москва – 2017г.



created by free version of

DocuFreezer

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 66 от «26» апреля 2016 г

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания
кафедры физиологии
Протокол № 27 от «13» июня 2017 г

Составитель: Васенина Вера Геннадьевна, канд. биол. наук, доцент кафедры
физиологии

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1.Цель освоения дисциплины «Физиология человека»

Цель освоения дисциплины «Физиология человека» является: разделом научных знаний, которые формируют естественнонаучное мировоззрение выпускника, его профессиональную компетенцию в области медико-биологических знаний в процессе подготовки к профессиональной деятельности в области физической культуры у лиц с нарушениями в состоянии здоровья. При изучении «Физиологии человека» систематизируются знания о физиологии человека, освоение знаний о состоянии функционального состояния физиологических систем в состоянии относительного покоя и при физических нагрузках, механизмы их регуляции. Изучение механизмов поддержания гомеостаза в условиях действия разнообразных внешних факторов, причинно-следственных взаимосвязей между различными явлениями в организме. Развитие физических качеств с учетом особенностей сенситивных и критических периодов. Развитие и воспитание личностных качеств к профессиональной деятельности у лиц, имеющих нарушения в состоянии здоровья. Изучение данного курса связано с основами биохимии, биомеханики и биологии с основами экологии. Программа реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины Б1.Б.13 « ФИЗИОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА» относится к дисциплинам базового цикла представляет собой дисциплину, которая формирует естественнонаучное мировоззрение и основы медико-биологического мышления выпускника, повышающие его профессиональную компетенцию в области применения физиологических и медико-биологических знаний. В процессе подготовки к профессиональной деятельности в области адаптивной физической культуры, для лиц с нарушениями в состоянии здоровья.

Знания, полученные при изучении анатомии, биохимии, физиологии человека используются в решении задач адаптивной двигательной рекреации и для оценки функционального состояния различных органов и систем человека при физических нагрузках.

3.Перечень планируемых результатов при обучении бакалавров по дисциплине «Физиология человека», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП).

1	3	Семестр
ПК-8	<i>Знанием закономерностей развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием , сенситивные периоды развития тех или иных функций</i>	2
	Начальный этап (знания) <i>Знать термины и понятия адаптивной физической культуры; закономерности и принципы воспитания физических способностей; факторы проявления двигательных способностей; особенности формирования психических качеств, в процессе адаптивной физической</i>	2

	культуры Продвинутый этап (умения) Уметь: диагностировать уровень развития физических способностей. Завершающий этап (навыки) Владеть: навыками определения актуального и потенциального уровня физического развития, зоны ближайшего развития.	
ПК-17	Компенсаторная деятельность: знанием компенсаторных возможностей оставшихся после болезни или травмы функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Начальный этап (знания) Знать: компенсаторные возможности, оставшиеся после болезни или травмы функций организма для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья; наиболее типичные нозологические формы; виды инвалидности. Продвинутый этап (умения) Уметь: выявлять компенсаторные возможности, оставшихся после болезни или травмы функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Завершающий этап (навыки) Владеть: навыками определения и формирования компенсаторных возможностей, оставшихся после болезни или травмы функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	2

4. Структура и содержание дисциплины «Физиологии человека»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 5 зачетных единиц, 180 академических часа.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр 2	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение Функции ЦНС и её роль		2	2	-		

	в регуляции физиологических функций						
2	Сенсорные системы			2	4		
3	Функции мышц, нервно-мышечная система. Биоэнергетика мышечной деятельности.		2	4	5		
4	Произвольные движения. Физиологические основы формирования двигательных навыков			2	4		
5	Функции системы кровообращения		2	2	4		
6	Функции системы крови. Регуляция системы кровообращения		2	4	-		
7	Функции системы выделения		-	2	4		
8	Функции системы дыхания Регуляция системы дыхания			2			
9	Особенности системы дыхания и кровообращения в результате нарушенных функций или травмы		-	4	4	27	
10	Функции системы пищеварения Регуляция системы пищеварения			2	4		
11	Обмен веществ в организме Теплорегуляция			2	4		
12	Адаптивные изменения в организме под воздействием различных условий среды. Стресс и стрессогенные факторы.		2	2	4		
13	Обмен веществ Роль витаминов в процессе обмена веществ		2	2	4		
14	Железы внутренней секреции			4			
15	Возрастные особенности растущего организма с учетом вида спорта занимающихся, и типа заболевания занимающегося адаптивным спортом.		2	2	4		
16	Физиологическая классификация и характеристика спортивных упражнений для лиц, имеющих нарушения в состоянии здоровья		2	2	4		
17	Физиологическая характеристика циклической, динамической работы относительной мощности.		2	2	2		
18	Физиологическая характеристика статической деятельности		2	2	4		
19	Физиологическая характеристика ациклической деятельности особенности физических упражнений для лиц с нарушениями слуха, зрения и органов движения		2	2	4		
20	Физиологические механизмы развития физических качеств		2	2	4		

21	Предстартовые состояния. Вербатывание. Механизмы утомления и восстановления.		2	2	4		
22	Физиологические основы спортивной тренировки		2	2	4		
23	Генетические и средовые факторы развития и изменчивости двигательных качеств		2	2	4		
24	Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды		2	2	4		
25	Физиологические основы спортивной ориентации и спортивный отбор юных спортсменов		2	4	4		
26.	Физиологические основы спортивной тренировки женщин. Физиологические основы оздоровительной физической культуры		2	2	4		
	Итого за 2 семестр 180	9	26	64	81	9	экзамен

заочная форма обучения общая трудоёмкость-5 з.е. 180 академических часа

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр 3	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение Функции ЦНС и её роль в регуляции физиологических функций		2		4		
2	Сенсорные системы			2	2		
3	Функции мышц, нервно-мышечная система. Биоэнергетика мышечной деятельности.		2	-	4		
4	Произвольные движения. Физиологические основы формирования двигательных навыков			2	4		
5	Функции системы кровообращения		2	-	4		
6	функции системы крови. Регуляция системы кровообращения			2	4		

7	Функции системы дыхания Регуляция системы дыхания			-	4		
8	Обмен веществ в организме Теплорегуляция			-	4		
9	Адаптивные изменения в организме под воздействием различных условий среды. Стресс и стрессогенные факторы.			-	4		
10	Железы внутренней секреции.		-	2	4		
	Итого за 3 семестр						
12	Физиологическая классификация и характеристика спортивных упражнений		-	2	4		
13	Физиологическая характеристика циклической, динамической работы относительной мощности.		2	-	4		
14	Физиологическая характеристика статической деятельности		-	-	4		
15	Физиологическая характеристика ациклической деятельности		-	-	4		
16	Физиологические механизмы развития физических качеств		-	2	4		
17	Предстартовые состояния. Вербатывание. Механизмы утомления и восстановления.			-	4		
18	Физиологические основы спортивной тренировки		-	-	4		
19	Генетические и средовые факторы развития и изменчивости двигательных качеств			-	4		
20	Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды			-	4		
21	Физиологические основы спортивной ориентации и спортивный отбор юных спортсменов		-	-	4		
22.	Физиологические основы спортивной тренировки женщин. Физиологические основы оздоровительной физической культуры		-	-	4		
	Итого за 4 семестр 180 ч		6	12	153	9	экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся бакалавров по дисциплине «Физиология человека».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Физиология человека». (Приложение к рабочей программе дисциплины).

Перечень

5.2. Перечень оценочных средств, для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Физиология человека».

Виды контроля:

- текущий контроль качества знаний предполагает устный опрос,
- проведение тестирования,
- собеседование по темам в виде коллоквиума
- семинар собеседование (для заочной формы обучения)
- написание и защита рефератов
- экзамен

Вопросы к экзамену « Физиология человека»

- 1.Предмет и задачи физиологии человека.
- 2.Основные свойства клеточной мембраны.
- 3.Потенциал действия (нервный импульс), Механизм его возникновения и проведения по нервному волокну.
- 4.Центральная нервная система, ее основные функции и рефлекторные механизмы деятельности. Нейроны как основные структурно-функциональные элементы ЦНС. Синапс.
- 5.Рефлекторная дуга (кольцо), ее составные части. Элементарные двигательные рефлексы у человека (сухожильные и др.)
- 6.Торможение в ЦНС и его механизмы. Значение торможения в регуляции физиологических функций. Виды торможения.
- 7.Передача возбуждения от нервного к мышечному волокну. Нервно-мышечный синапс.
- 8.Нарушения в нервно-мышечном синапсе при нарушении двигательного аппарата у лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата.
- 9.Функции спинного, продолговатого мозга и мозжечка. Их роль в регуляции движений.
- 10.Физиология рецепторов, их значение и классификация. Пороги возбуждения рецепторов. Зрительная сенсорная система и ее роль в регуляции движений у лиц, имеющих нарушения в состоянии здоровья.
- 11.Слуховая сенсорная система и ее роль в регуляции движений у лиц, имеющих нарушения в состоянии здоровья.
- 12.Вестибулярная сенсорная система и ее роль в регуляции движений.
- 13.Строение и функции моторной (двигательной) сенсорной системы. Проприорецепторы скелетных мышц и их роль в управлении движениями. Механизмы восприятия и передачи информации в ЦНС. Сенсорная коррекция движений.

14. Травматизм и обеспечение первой немедицинской помощи в обеспечении лиц, имеющих нарушения в состоянии здоровья.
15. Физиологические механизмы образования и проявления условных рефлексов.
16. Вегетативная нервная система (ВНС) и ее роль в регуляции вегетативных функций и поддержании гомеостаза. Строение и функции симпатического и парасимпатического отделов и метасимпатической нервной системы. Адаптационно-трофическая функция ВНС.
17. Понятие о нервно-мышечном (двигательном) аппарате. Двигательные единицы (ДЕ) и их классификация. Функциональные особенности двигательных единиц (ДЕ порог активации, скорость и сила сокращения, утомляемость и др.). Значение типа ДЕ при различных видах мышечной деятельности.
18. Мышечная композиция. Функциональные особенности разных типов мышечных волокон (медленные и быстрые). Их роль в проявлении мышечной силы, скорости и выносливости.
19. Механизм сокращения и расслабления мышечного волокна. Теория скольжения. Роль саркоплазматического ретикулюма и ионов кальция в сокращении. Энергетика мышечного сокращения.
20. Механизм регуляции силы сокращения мышц (число активных ДЕ, частота импульсации мотонейронов, синхронизация сокращения мышечных волокон).
21. Система крови. Объем, состав и функции крови. Гематокрит. Кислотно-щелочное состояние и активная реакция крови в покое и при мышечной работе разного характера и мощности. Буферные системы крови.
22. Плазма крови. Гомеостатические константы крови. Осмотическое и онкотическое давление плазмы, их роль в обмене веществ. Изменения в плазме крови при мышечной работе.
23. Эритроциты, их количество и функции. Изменения в количестве эритроцитов связи с мышечной работой, истинный и ложный эритроцитоз.
24. Лейкоциты, их состав и функции. Миогенный лейкоцитоз.
25. Тромбоциты. Механизмы свертывания крови. Свертывающая и противосвертывающая системы крови, их изменения при мышечной работе.
26. Изменения в составе крови при мышечной деятельности.
27. Сердце как насос. Структурные и функциональные особенности сердечной мышцы. Центры автоматии сердечной мышцы и проводящая система сердца. ЭКГ.
28. Показатели работы сердца. Минутный объем кровообращения и показатели, определяющие его. Связь деятельности сердца с мощностью работы (потреблением кислорода).
29. Систолический (ударный) объем крови, факторы, его определяющие. Изменение систолического объема в зависимости от положения тела, вида и мощности физической работы.
30. Частота сердечных сокращений в покое и при мышечной работе раз

ной мощности. Влияние на ЧСС положения тела в пространстве. Ортостатическая проба.

31. Нервная и гуморальная регуляция работы сердца в покое и при мышечной работе.

32. Гемодинамика. Основные законы гемодинамики. Объемная и линейная скорости кровотока. Время кругооборота крови. Особенности кровотока в различных органах и сосудистых зонах в покое и при мышечной работе.

32. Артериальное давление. Факторы, определяющие систолическое, диастолическое и пульсовое давление. Изменение АД при различных видах мышечной работы.

33. Движение крови по венам. Значение венозного возврата крови для величины минутного объема кровообращения. Механизмы регуляции венозного возврата.

35. Сопротивление кровотоку в сосудах и факторы, его определяющие. Изменение сосудистого сопротивления при мышечной работе.

36. Обмен жидкости и веществ через стенку капилляров (фильтрация-абсорбция) в покое и при мышечной работе.

37. Перераспределение кровотока между различными сосудистыми зонами в покое и при мышечной работе разной мощности.

38. Нервная и гуморальная регуляция сосудистого сопротивления и артериального давления в покое и при мышечной деятельности.

39. Дыхание и его функции, Этапы газообмена в организме. Внешнее дыхание. Механизмы вдоха и выдоха. Энергетическая (кислородная) стоимость дыхания.

40. Легочная вентиляция (минутный объем дыхания) и факторы, ее определяющие в покое и при мышечной работе. Способы определения легочной вентиляции, дыхательного объема, частоты дыхания и жизненной емкости легких.

41. Обмен газов в легких. Газовый состав вдыхаемого (атмосферного), альвеолярного и выдыхаемого воздуха. Диффузия газов через легочную мембрану. Величина парциального давления газов в легких и напряжения газов в артериальной, венозной крови и в тканях.

42. Транспорт кислорода кровью. Гемоглобин и его соединения. Кислородная емкость крови, факторы, ее определяющие, и ее роль в обеспечении кислородом работающих мышц.

43. Транспорт CO_2 кровью.

44. Обмен газов между кровью и тканями. Диффузия O_2 и CO_2 . Роль миоглобина. Артериовенозная разность (АВР) по кислороду в покое и при мышечной работе разной мощности.

45. Оксигемоглобин и факторы, определяющие скорость его диссоциации в тканях. Понятие о сдвиге кривой диссоциации гемоглобина вправо (эффект Бора).

46. Потребление организмом кислорода в покое и при мышечной работе разной мощности. Методы определения потребления O_2 и выделения CO_2 .

47. Максимальное потребление кислорода (МПК). Абсолютное и относи-

- тельное МПК. Признаки достижения МПК. Факторы, определяющие и лимитирующие МПК.
- 48.ДМПК, определение и тестирование спортсменов, имеющих нарушения в состоянии здоровья.
49. Альвеолярная вентиляция. Анатомическое и физиологическое мертвое пространство. Оценка эффективности легочной вентиляции, вентиляционный эквивалент кислорода.
50. Регуляция дыхания в покое. Дыхательный центр, Хеморецепторные и механорецепторные рефлексы. Влияние гиперкапнии и гипоксии на легочную вентиляцию. Задержка дыхания и произвольная гипервентиляция.
51. Особенности регуляции дыхания при мышечной работе. Роль центральных и периферических нервно-рефлекторных влияний в регуляции дыхания. Гуморальные механизмы в регуляции дыхания при работе. Противопоказания для занятия спортом у лиц , имеющих нарушение в системе дыхания. системы
- 52.Функции пищеварительного аппарата. Физиологические механизмы их регуляции. Чувство голода. Пищеварение в полости рта.
- 53.Пищеварение в желудке и кишечнике, механизмы его регуляции. Всасывание питательных веществ. Влияние мышечной работы на процессы пищеварения и всасывания.
54. Физиология эндокринной системы. Механизмы действия гормонов на физиологические функции организма человека. Связь нервной и гуморальной регуляции функций организма.
- 55.Гормоны гипофиза, их значение для жизнедеятельности. Роль гормонов гипофиза в регуляции функций других желез внутренней секреции. Гипоталамо-гипофизарная система.
56. Гормоны щитовидной железы (тироксин, трийодтиронин) и их роль в жизнедеятельности организма, влияние на энергетический обмен.
57. Гормоны коркового слоя надпочечников, их роль в жизнедеятельности организма и в формировании долговременной адаптации к мышечной деятельности.
- 58.Гормоны мозгового слоя надпочечников (адреналин и норадреналин). Симпатoadреналовая система и ее роль в процессе срочной адаптации организма к мышечной работе и психоэмоциональные напряжения.
59. Понятие об общем адаптационном синдроме (стрессе), его стадии. Роль желез внутренней секреции в формировании срочных и долговременных адаптивных реакций.
60. Гормоны половых желез и их роль в жизнедеятельности организма. Влияние половых желез на белковый обмен.
61. Физиологические механизмы обмена веществ. Понятие об ассимиляции и диссимиляции, анаболизме и катаболизме. Роль белков в организме. Белковый обмен во время мышечной работы и в период восстановления.
- 62 Обмен жиров. Роль жиров в энергообеспечении мышечной работы.
- 63.Обмен углеводов в покое и при мышечной работе. Значение запасов углеводов для мышечной работоспособности.

63. Обмен воды и минеральных веществ, его значение для обеспечения мышечной работоспособности. Чувство жажды. Роль почек в водно-солевом обмене. Питьевой режим при физических упражнениях разной мощности и длительности.
64. Физиология энергетического обмена. Энергетический баланс организма. Методы определения расхода энергии. Прямая и непрямая калориметрия. Калорический эквивалент кислорода.
65. Основной обмен и добавочный расход энергии. Кислородный запрос, кислородный дефицит, кислородный долг.
66. Температура тела и ее колебания при различных функциональных состояниях. Механизмы теплопродукции и теплоотдачи. Температурное «ядро» и «оболочка» тела. Изменения температуры «ядра» и «оболочки» тела при мышечной работе.
67. Регуляция температуры тела. Терморецепторы, центры терморегуляции. Особенности терморегуляции при мышечной работе. Рабочая гипертермия.
68. Особенности физических нагрузок у лиц, имеющих нарушения в состоянии здоровья.
69. Ведущие физические качества, определяющие работоспособность в Вашем виде спорта. Физиологические методы их оценки.
70. Максимальная произвольная сила и механизмы ее повышения в процессе тренировки. Дефицит силы и его изменения под влиянием тренировки.
71. Механизмы мышечного напряжения. Физиологические механизмы взрывной силы и способы ее оценки.
72. Мышечная композиция как фактор, определяющий двигательные качества спортсмена. Влияние различных видов тренировки на свойства мышечных волокон быстрого и медленного типа.
73. Функциональные особенности ДЭ быстрого, медленного и промежуточного типа.
74. Использование данных о мышечной композиции при отборе спортсменов.
75. Адаптация мышечного аппарата к нагрузкам различной мощности. Рабочая гипертрофия, ее функциональное значение и способы оценки.
76. Физиологические факторы, определяющие скоростно-силовые качества. Физиологические механизмы тренировки скоростно-силовых качеств.
77. Двигательные навыки (ДН) и механизмы их формирования. Значение двигательного динамического стереотипа в формировании ДН.
78. Значение анализаторов и двигательной памяти в формировании ДН.
79. Координация движений. Механизмы обратной связи и роль проприорецепторов в регуляции параметров движения.
80. Выносливость. Развитие выносливости.
81. Физиологические факторы, определяющие и лимитирующие выносливость спортсмена. Особенности проявления выносливости в Вашем виде спорта.
82. Генетические и средовые факторы развития и изменчивости двигательных качеств.

83. Значение различных функциональных систем в развитии аэробной выносливости.
84. Кислород - транспортная система и ее значение при различных видах мышечной деятельности.
85. Изменения в системах крови и кровообращения при тренировке аэробной выносливости спортсмена. Нагрузки, используемые для повышения аэробной выносливости.
86. Изменение ЧСС и ее регуляция при мышечной работе. Зависимость ЧСС от мощности работы и объема работающих мышц.
87. Специфика изменений ЧСС во время и после статической и динамической работы.
88. Физиологические принципы контроля интенсивности аэробных нагрузок по ЧСС. Частота сердечных сокращений как критерий тяжести мышечной работы.
89. Кровоснабжение мышц человека при статической и динамической работе. Влияние тренировки выносливости на кровоснабжение мышц во время их сокращения и периода восстановления.
90. Изменения кислотно-основного состояния (КИЩР) крови при мышечной работе различной мощности. Роль буферных систем крови в регуляции КИЩР.
91. Легочная вентиляция и газообмен при работе разной мощности. Механизмы регуляции внешнего дыхания при работе.
92. Адаптация функций внешнего дыхания спортсменов при тренировке аэробной выносливости.
93. МПК и факторы, его определяющие. Абсолютные и относительные величины МПК у спортсменов различных специализаций, значение величины МПК в Вашем виде спорта.
94. Кислородный запрос в упражнениях различной мощности. Кислородный долг.
95. Мышечные факторы, определяющие выносливость спортсмена, и их изменения под влиянием тренировки.
96. Физиологические механизмы долговременной адаптации к нагрузкам в Вашем виде спорта.
97. Физиологические факторы, ограничивающие работоспособность в вашем виде спорта. Виды выносливости. Методы оценки работоспособности.
98. Физиологические методы оценки состояния тренированности спортсменов.
99. Использование дозированных и предельных нагрузок для оценки работоспособности.
100. Физиологические механизмы общей и специальной разминки и ее влияние на работоспособность спортсмена (на примере Вашей специализации).
101. Влияние предстартовых реакций на работоспособность спортсмена.
102. Динамика физиологических функций в период вработывания при выполнении упражнений различного характера. Физиологическая характеристика устойчивого состояния и причины его нарушения.
103. Механизмы развития и критерии оценки утомления в упражнениях различной мощности. Центральные и периферические механизмы утомления.

Особенности проявления утомления в Вашем виде спорта.

104. Методы оценки утомления при мышечной работе.

105. Характер восстановления физиологических функций после работы. Особенности восстановления после соревновательных упражнений в Вашем виде спорта. Активный отдых. Оптимальное соотношение между рабочими периодами и отдыхом.

106. Физиологические принципы классификации спортивных упражнений.

107. Физиологическая характеристика спортивных упражнений аэробной мощности. Физиологическая характеристика спортивных упражнений анаэробной мощности.

108. Характеристика циклических упражнений различной относительной мощности: максимальной, субмаксимальной, большой и умеренной.

109. Возрастные особенности развития двигательных качеств и формирования двигательных навыков.

110. Особенности развития и тренировки скоростно-силовых качеств у детей школьного возраста.

111. Особенности развития и тренировки выносливости у детей школьного возраста.

112. Факторы, ограничивающие работоспособность юных спортсменов при формировании физических качеств..

113. Сенситивные и критические периоды. Влияние этих периодов на формирование физических качеств.

114. Физиологические основы спортивного отбора. Критерии отбора на разных этапах спортивной подготовки.

115. Влияние тренировки на повышение функциональных возможностей женского организма.

116. Физиологические особенности спортивной тренировки женщин.

117. Физиологические особенности мышечной деятельности в условиях повышенной температуры окружающей среды. Водно-солевой обмен.

118. Рабочая гипертермия у спортсменов. Влияние повышенной температуры тела на работоспособность при выполнении физических упражнений различной предельной длительности.

119. Гипоксия в условиях среднегорья и ее влияние на аэробную и анаэробную работоспособность.

120. Физиологические основы повышения аэробной выносливости при тренировке в условиях средне- и высокогорья,

121. Физиологические особенности мышечной деятельности в условиях пониженной температуры среды (на примере лыжного и конькобежного спорта).

122. Физиологические реакции организма в условиях физического и психоэмоционального стресса. Значение симпатoadреналовой системы в повышении работоспособности при напряженной мышечной деятельности.

123. Гипокинезия и ее отрицательное влияние на функциональное состояние организма детей и взрослых. Физиологическое обоснование использования физических нагрузок в оздоровительных целях.

124. Влияние физических упражнений на сердечно - сосудистую и дыхательную системы и мышечный аппарат людей зрелого возраста при занятиях физической культурой.

125. Физическое здоровье человека и его критерии. Физиологические основы нормирования общей физической работоспособности лиц разного пола и возраста.

126. Физиологическое обоснование и критерии эффективности занятий лиц разного возраста в группах здоровья.

127. Физиологические механизмы повышения устойчивости организма детей к неблагоприятным факторам среды. Закаливание.

128. Физиологическое обоснование занятий аэробными нагрузками (оздоровительный бег, плавание, походы и др.) с учетом возраста, пола и индивидуальных особенностей занимающихся.

129. Физиологические особенности плавания. Плавание как средство оздоровления и закаливания.

130. Физиологическая характеристика спортивных игр как средств массовой физической культуры.

131. Принципы дозировки физических нагрузок, используемых для повышения функциональных резервов лиц разного пола, возраста и физической подготовленности, занимающихся физической культурой.

132. Физиологические принципы и методы контроля величин нагрузок при занятиях физической культурой.

133. Самооценка физического состояния по таблицам Борга.

134. Оценки тестирования у лиц, имеющих нарушения в состоянии здоровья.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (Физиология человека).

а) Основная литература:

1. Физиология человека. Учебник для вузов физической культуры под общей ред. В.И. Тхоревского. М., 2001 г. 491 с.

2. Солодков А.С. Сологуб Е.Б.

Физиология человека: общая, спортивная., возрастная, Учебник для образ. учреждений высшего проф. образования. - изд. 3-е, исп. и допол. - М., Сов. спорт, 2008. - 619 с.

б) Дополнительная литература:

1. Физиология спорта и двигательной активности: Учебник для институтов физической культуры и спорта / Д.Х. Уилмор, Д.Л. Костин. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – 503 с. 1. Физиология человека: Учебник для институтов физической культуры / Под общ. ред. Н.В. Зимкина – М.: Физкультура и спорт, 1975. – 534 с.

2. Физиология мышечной деятельности: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. Я.М. Коца – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 446 с.
3. Основы физиологии человека: Учебник для высших учебных заведений. – В 4-х томах. – СПб.: Международный фонд истории науки. – Т. 1,2, 1994. – Т. 4, 2001. – 978 с.
4. Физиология человека: Учебник для высших учебных заведений / Под ред. Б.И. Ткаченко, В.Ф. Пятина – СПб.: 1996. – 423с.
5. Физиология человека. Общая, спортивная, возрастная: Учебник для высших учебных заведений физической культуры / А.С. Солодков и Е.Б. Сологуб – М.: Терра-Спорт, 2005. – 521 с.
6. Возрастная физиология: Учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Ю.А. Ермолаев – М., 2001. – 444 с.
7. Скелетные мышцы: Учебник для вузов физического воспитания и спорта / А.Д. Мак-Космос. – Киев, 2001. – 407с.
8. Физиология физического воспитания и спорта: Учебник для вузов физической культуры / В.М. Смирнов, В.И. Дубровский – М., 2002. – 605 с.
9. Фундаментальная и клиническая физиология. Учебник под ред., А.Камкина и А.Каменского. – М., Академия, 2004.-1072 с.
10. Физиология человека. Руководство по физиологии человека. В 3 томах. Под ред. Шмидта Р. И. Тевса Г. М., Мир, 2007г.-875с.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. humbio.ru/humbio/physiology/0005e445/htm Электронный учебник по биологии человека, раздел физиология.
2. Fiziologieacheloveka.ru Электронный учебник по физиологии
3. <http://www.vesti-nauka.ru> - сайт новостей в науке
4. <http://www.lenta.ru/science> - сайт новостей в науке
5. <http://www.college.ru> – сайт, содержащий открытые учебники по естественнонаучным дисциплинам
6. <http://www.krugosvet.ru> – сетевая энциклопедия «Кругосвет»
7. <http://ru.wikipedia.org> – сетевая энциклопедия «Википедия»

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (Физиология человека).

1. Слайды, таблицы.
2. Подключение к сети интернет и рабочие места в аудитории.
3. Лабораторный комплекс с использованием методов ЭКГ, газоанализа и велоэргометрии для определения работоспособности.
4. Компьютеризованная система пульсоксиметр.
5. Сервисные программы для статистической обработки полученного материала.
6. Инвентарь для физиологического контроля за АД, ЧСС и др.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Физиология человека» для обучающихся бакалавров
института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса __1__ курса,
__группы направления подготовки/ специальности_ «Физическая культура
для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» __49.03.02
направленности (профилю)_ «Адаптивное физическое воспитание»
«Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»
формы (м) обучения очная и заочная

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: физиологии.

Сроки изучения дисциплины (модуля): __2__ семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: /экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Итоговый семинар «Физиология ЦНС, ВНС. Регуляция физиологических функций»	3 неделя	5
2	Семинар: сенсорные системы	4	5
3	Семинар: Функции мышц. Биоэнергетика мышечной деятельности	5	5
4	Выступление на семинаре «Система кровообращения» Функции крови, форменные элементы крови	6	5
5	Коллоквиум : «Система дыхания». Обмен газов и регуляция функции дыхания	8	5
6	Коллоквиум: Обмен веществ в организме Терморегуляция		5
5	Семинар по теме «Физиология желез внутренней секреции».	9-10	5
6	Коллоквиум: «Формирование двигательных качеств»	12	5
7	Написание реферата по теме «Особенности детского организма при занятиях физической культурой и спортом»»	13	15
8	Итоговый семинар «Спортивный отбор»	14	10
10	Посещение занятий	в течение семестра	10
	/экзамен		20
	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Физиологические аспекты развития человека» «Строение и функции ЦНС, ВНС»	5
3	Выступление на семинаре «Строение и функции мышечной ткани. Сокращение мышц»	10
4	Подготовка доклада «Регуляция системы кровообращения», если студент пропустил занятие.	5
5	Дополнительное тестирование по теме «Физиология» Функциональные особенности системы дыхания.	5
6	Написание реферата по теме «Особенности развития детского организма»	15
7	Презентация по теме «Спортивный отбор»	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Если дисциплина (модуль) изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт _туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Физиологии

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
Б.1 Б13 Физиология человека**

Направление подготовки/специальность:
Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья 49.03.02

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание;
Лечебная физическая культура;
Физическая реабилитация.

Уровень образования: *бакалавриат*,

Форма обучения: *очная и заочная форма обучения*
Год набора 2016г.

Москва – 2017г.

Общая трудоемкость дисциплины «Физиология человека» составляет [5] зачетных единиц.

1.Семестр(ы) освоения дисциплины «Физиология человека»: [2].

2.Цель освоения дисциплины (модуля):

Цель освоения дисциплины «Физиология человека» является:

-формирование систематизированных знаний при изучении физиологических и медико-биологических аспектов развития человека,

-освоение знаний о состоянии функционального состояния физиологических систем в состоянии относительного покоя и при физических нагрузках, механизмы их регуляции. Изучение физиологических особенностей у лиц с нарушениями в состоянии здоровья.

Изучение механизмов поддержания гомеостаза в условиях действия разнообразных внешних факторов, причинно-следственных взаимосвязей между различными явлениями в организме. Развитие и воспитание личностных качеств в подготовке к профессиональной деятельности. Научить будущих специалистов использовать полученные знания в практической деятельности при разработке эффективных программ в сфере физической культуры, пропаганды здорового образа жизни и привлечения населения различных возрастных и социальных групп России к занятиям физической культурой и спортом. Программа реализуется на русском языке.

3.Перечень планируемых результатов обучения бакалавров по дисциплине (Физиология человека):

ПК-8 знанием закономерностей развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием сенситивные периоды развития тех или иных функций.

ПК-17 знанием компенсаторных возможностей оставшихся после болезни или травмы функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

4.Краткое содержание дисциплины «Физиология человека»:

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр 2	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение Функции ЦНС и её роль в регуляции физиологических функций		2	2	-		
2	Сенсорные системы			2	4		
3	Функции мышц, нервно-мышечная система. Биоэнергетика мышечной деятельности.		2	4	5		
4	Произвольные движения. Физиологические основы формирования двигательных навыков			2	4		
5	Функции системы кровообращения		2	2	4		
6	Функции системы крови. Регуляция системы кровообращения		2	4	-		
7	Функции системы выделения		-	2	4		
8	Функции системы дыхания Регуляция системы дыхания			2			
9	Особенности системы дыхания и кровообращения в результате нарушенных функций или травмы		-	4	4		
10	Функции системы пищеварения Регуляция системы пищеварения			2	4		
11	Обмен веществ в организме Теплорегуляция			2	4		
12	Адаптивные изменения в организме под воздействием различных условий среды. Стресс и стрессогенные факторы.		2	2	4		
13	Обмен веществ Роль витаминов в процессе обмена веществ		2	2	4		
14	Железы внутренней секреции			4			
15	Возрастные особенности растущего организма с учетом вида спорта занимающихся, и типа заболевания занимающегося адаптивным спортом.		2	2	4		

16	Физиологическая классификация и характеристика спортивных упражнений для лиц, имеющих нарушения в состоянии здоровья		2	2	4		
17	Физиологическая характеристика циклической, динамической работы относительной мощности.		2	2	2		
18	Физиологическая характеристика статической деятельности		2	2	4		
19	Физиологическая характеристика ациклической деятельности особенности физических упражнений для лиц с нарушениями слуха, зрения и органов движения		2	2	4		
20	Физиологические механизмы развития физических качеств		2	2	4		
21	Предстартовые состояния. Вербатывание. Механизмы утомления и восстановления.		2	2	4		
22	Физиологические основы спортивной тренировки		2	2	4		
23	Генетические и средовые факторы развития и изменчивости двигательных качеств		2	2	4		
24	Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды		2	2	4		
25	Физиологические основы спортивной ориентации и спортивный отбор юных спортсменов		2	4	4		
26.	Физиологические основы спортивной тренировки женщин. Физиологические основы оздоровительной физической культуры		2	2	4		
	экзамен						
	Итого за 2 семестр 180		26	64	81	9	экзамен

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр 2, 3	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение Функции ЦНС и её роль в регуляции физиологических функций		2				
2	Сенсорные системы			2			
3	Функции мышц, нервно-мышечная система. Биоэнергетика мышечной деятельности.			-			
4	Произвольные движения. Физиологические основы формирования двигательных навыков			2			
5	Функции системы кровообращения		2	-			
6	функции системы крови. Регуляция системы кровообращения			2			
7	Функции системы дыхания Регуляция системы дыхания			2			
8	Обмен веществ в организме Теплорегуляция			-			
9	Адаптивные изменения в организме под воздействием различных условий среды. Стресс и стрессогенные факторы.			-			
10	Железы внутренней секреции.		-				
	Итого за 2семестр-2 зет		4	8			
12	Физиологическая классификация и характеристика спортивных упражнений		-	2	12		
13	Физиологическая характеристика циклической, динамической работы относительной мощности.		2	2	12		
14	Физиологическая характеристика статической деятельности		-	-	11		
15	Физиологическая характеристика ациклической деятельности		-	-	12		
16	Физиологические механизмы развития физических качеств		-		11		
17	Предстартовые состояния. Вербатывание. Механизмы			-	11		

	утомления и восстановления.						
18	Физиологические основы спортивной тренировки		-		12		
19	Генетические и средовые факторы развития и изменчивости двигательных качеств			-	12		
20	Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды			-	12		
21	Физиологические основы спортивной ориентации и спортивный отбор юных спортсменов		-	-	12		
22.	Физиологические основы спортивной тренировки женщин. Физиологические основы оздоровительной физической культуры		-	-	12		
	Экзамен Итого за 3 семестр		2	4	153	9	
	Итого за 2 и 3 семестры 180ч.		6	12	153	9	экзамен

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теоретико-методических основ физической культуры и спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.14 Теория и методика физической культуры»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 «Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья»
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Адаптивное физическое воспитание»,
«Адаптивная двигательная рекреация», «Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная / заочная*
Год набора 2016г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «24» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТМОФКиС
(наименование)
Протокол № 19 от «21» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Гасанова – Матвеева Земфира Арифовна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры
ТМОФКиС ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»;
Матвеев Лев Павлович – д.п.н., профессор, заслуженный деятель науки РСФСР.

Рецензент:

Цыганков Эдуард Сергеевич – д.п.н., профессор кафедры ТиМ прикладных
видов спорта и экстремальной деятельности

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Данная общепрофилирующая дисциплина преследует **цель** сформировать общие научно-методические основы профессионального мировоззрения специалистов по физической культуре и спорту, заложить необходимые для этого знания, научить успешно пользоваться ими. Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Теория и методика физической культуры» относится к базовой части ОПОП и реализуется на III («Теория и методика физической культуры») и IV семестре («Теория спорта») очной формы обучения. На заочной форме обучения дисциплина читается на III и IV семестре.

Предусматривается, что преподавание обобщающего предмета теории и методики физической культуры необходимо дополнять передачей соответствующих ему знаний в рамках бюджета учебного времени, выделенного на специальные дисциплины, в частности на специализации, предусматривающие подготовку методистов по физкультурной реабилитации и адаптивной физической культуре.

К числу теоретических дисциплин обязательно предшествующих освоению данного курса на очной форме обучения можно отнести:

Б1.Б.12 - анатомия человека;

Б1.Б.13 - физиология;

Б1.Б.5- психология и педагогика;

Б1.Б.15- базовые виды двигательной активности.

Дисциплина «Теория и методика физической культуры» предшествует освоению следующих теоретических и практических дисциплин на очной форме обучения:

Б1.Б.23 Научно-методическая деятельность;

Б2.У.1 Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности;

Б2.П.1 Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности.

К числу теоретических дисциплин обязательно предшествующих освоению данного курса на заочной форме обучения можно отнести:

Б1.Б.12 - анатомия человека;

Б1.Б.13 - физиология;

Б1.Б.15- базовые виды двигательной активности.

Дисциплина «Теория и методика физической культуры» предшествует освоению следующих теоретических и практических дисциплин на заочной форме обучения:

Б2.У.1 Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности;

Б2.П.1 Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОК-8	<i>Знать:</i> основные методы физического воспитания и укрепления здоровья	3	3
ОК-10	<i>Знать:</i> принципы здорового образа жизни и профилактики заболеваний	3	3
ОПК-5	<i>Знать:</i> виды и формы планирования педагогического процесса с учетом возраста, пола, занимающихся;	4	4
	<i>Уметь:</i> осуществлять планирование и контроль в процессе построения	4	4

	различных форм учебно-тренировочного процесса с учетом возраста, пола, занимающихся.		
	<i>Уметь:</i> обеспечивать построение различных форм использования физических упражнений.	4	4
	<i>Владеть:</i> технологиями планирования педагогического процесса с учетом возраста, пола.	4	4
ПК-10	<i>Знать:</i> особенности физического развития различных категорий занимающихся;	3	4
	<i>Знать:</i> задачи развивающего обучения, обеспечивающие оптимальное физическое развитие занимающихся.	3	4

Перечисляются формируемые в результате изучения дисциплины (модуля) компетенции (указывается только шифр). Перечень компетенций приводится в соответствии с ФГОС, учебным планом и матрицей.

Также описываются знания, умения, навыки и/или опыт деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций и обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения ООП (ОПОП).

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 5 зачетных единиц, 180 академических часов, из которых 2 зачетные единицы (72 часа) - «Теория и методика физической культуры», 3 зачетные единицы (108 часов) – «Теория спорта».

Очная форма обучения

«Теория и методика физической культуры», 2 зачетные единицы, 72 часа

№ п/ п	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	4	5	6		7
	Часть I. Введение в общую теорию физической культуры. Системная характеристика физической культуры	III	6	6	6		

1.	Предмет теории и методики физической культуры и отправные определения понятий		2	2		
2.	Цели и задачи, достигаемые в сфере физической культуры, её компоненты(виды, разновидности) в обществе				2	
3.	Система физической культуры в обществе		2	2		
4.	Общие и специфические функции физической культуры		2		2	
5.	Виды, разновидности и структура физической культуры в обществе. Тенденции её современного развития			2	2	
1.	Часть II. Общие основы теории и методики физического воспитания <i>Раздел 1. Общая характеристика физического воспитания: направленность, средства, методы, принципы</i>		8	20	12	
	Целенаправленность и основные стороны процесса физического воспитания				2	
	Средства и методы в физическом воспитании		2	4		
	Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию		2	2		
	<i>Раздел 2. Основные аспекты содержания и методики физического воспитания</i>					
	4. Основы обучения двигательным действиям		2	4		
	5. Воспитание двигательных координационных и некоторых непосредственно связанных с ними способностей			2	2	
	6. Воспитание силовых и скоростных способностей			2	2	
7.	Воспитание выносливости				2	
8.	Направленное воздействие в процессе физического воспитания на осанку, гибкость и некоторые			2		

	компоненты телосложения						
9.	Взаимосвязь различных сторон воспитания в процессе физического воспитания				2		
1 0	<i>Раздел 3. Формы построения занятий, планирование и контроль в физическом воспитании</i> Формы построения занятий в физическом воспитании		2	2			
1 1	Планирование и контроль в физическом воспитании			2	2		
	Часть III. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры		2	2	10		
1.	Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста				2		
2.	Физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста		2	2			
3.	Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи				2		
4.	Физическая культура в системе рациональной организации труда и в быту основных контингентов трудящихся				2		
5.	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста				2		
	<i>Логика и методология теоретических исследований физической культуры</i>				2		
	Итого: 72 ч		16	28	28		зачет

Очная форма

«Теория спорта» (3 зачетные единицы, 108 часов)

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (<i>по неделям семестрам</i>) Форма промежуточ – ной аттестации (<i>по семестрам</i>)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Теория и методика спорта <i>Раздел 1. Введение в теорию спорта</i>	IV	20	24	55		
	Особенности предмета теории спорта. Ее специфические понятия		2	2	6		
2.	Сущность спорта, его функции, формы и условия функци- онирования в обществе; тенденции развития		2	2	8		
3.	<i>Раздел 2. Теория спортивных соревнований</i>						
	Соревнование как основа специфики спорта		2	2	6		
4.	Основы системы спортивных соревнований		2	4	6		
5.	<i>Раздел 3. Основы системы подготовки спортсмена</i>						
	Общая характеристика системы подготовки спортсмена		2	2	6		
6.	Основные стороны		2	4	6		

	подготовки спортсмена (содержание и основы методики)						
7.	Структура спортивной тренировки		4	2	6		
8.	Подготовка спортсмена как многолетний процесс (основные стадии и этапы)		2	4	6		
9.	Технология планирования и контроля как факторов педагогического управления в системе подготовки спортсмена		2	2	5		
	Итого: 108 ч		20	24	55	9	Экзамен

Заочная форма (5 зачетных единиц, 180 часов)

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестрам) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	5	6	7		8
1.	Часть I. Введение в общую теорию физической культуры. Системная характеристика физической культуры Предмет теории и методики физической культуры и отправные определения понятий	3	2	2	20	4	

2.	Цели и задачи, достигаемые в сфере физической культуры, её компоненты (виды, разновидности) в обществе				4		
3.	Система физической культуры в обществе			2	4		
4.	Общие и специфические функции физической культуры				4		
5.	Виды, разновидности и структура физической культуры в обществе. Тенденции её современного развития				4		
1.	Часть II. Общие основы теории и методики физического воспитания		4	4	56		
	<i>Раздел 1. Общая характеристика физического воспитания: направленность, средства, методы, принципы</i>						
	Целенаправленность и основные стороны процесса физического воспитания				4		
2.	Средства и методы в физическом воспитании			2	6		
3.	Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию				4		
4.	<i>Раздел 2. Основные аспекты содержания и методики физического воспитания</i>						
	Основы обучения двигательным действиям		2		8		
5.	Воспитание двигательно-координационных и некоторых непосредственно связанных с ними способностей				4		
6.	Воспитание силовых и скоростных способностей			2	4		

7.	Воспитание выносливости				4		
8.	Направленное воздействие в процессе физического воспитания на осанку, гибкость и некоторые компоненты телосложения				6		
9.	Взаимосвязь различных сторон воспитания в процессе физического воспитания				4		
10	<i>Раздел 3. Формы построения занятий, планирование и контроль в физическом воспитании</i> Формы построения занятий в физическом воспитании				6		
11	Планирование и контроль в физическом воспитании		2		6		
	Часть III. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры			2	26		
1.	Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста				2		
2.	Физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста			2	12		
3.	Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи				4		
4.	Физическая культура в системе рациональной организации труда и в быту основных контингентов трудящихся				4		
5.	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста				4		

1.	Часть IV. Теория и методика спорта <i>Раздел 1. Введение в теорию спорта</i> Особенности предмета теории спорта. Ее специфические понятия	4	2	2	51 3		
2.	Сущность спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе; тенденции развития		2		4		
3.	<i>Раздел 2. Теория спортивных соревнований</i> Соревнование как основа специфики спорта				4		
4.	Основы системы спортивных соревнований			2	4		
5.	<i>Раздел 3. Основы системы подготовки спортсмена</i> Общая характеристика системы подготовки спортсмена				4		
6.	Основные стороны подготовки спортсмена (содержание и основы методики)				6		
7.	Структура спортивной тренировки				8		
8.	Подготовка спортсмена как многолетний процесс (основные стадии и этапы)				6		
9.	Технология планирования и контроля как факторов педагогического управления в системе подготовки спортсмена				6		

10.	Логика и методология теоретических исследований физической культуры				6		
	Итого: 180 ч		8	10	153	9	Зачет Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Примерный перечень вопросов к экзаменам по всему курсу

К разделам: «Введение в предмет» и «Системная характеристика физической культуры»

1. Каковы основные определительные признаки понятия "физическая культура"?
2. Какие три аспекта необходимо иметь в виду, раскрывая современное содержание понятия о физической культуре?
3. Каково соотношение понятий "физическая культура" и "физическое воспитание"?
4. Назовите понятия, отображающие разновидности процесса физического воспитания. В чем состоит общность и отличительные черты таких понятий?
5. Какими понятиями характеризуются основные результаты благотворного воздействия физической культуры на состояние и развитие человека?
6. Каково соотношение понятий "физическая культура" и "спорт"? В чем состоит общность и отличие этих понятий?
7. Когда и на какой основе произошло становление общей теории физической культуры как относительно самостоятельной отрасли научного знания?
8. К какой из сфер научного знания относится теория физической культуры: естественнонаучной, обществоведческой, интегративно-прикладной?
9. Какие основные проблемные "блоки" охватывает общая теория физической культуры?

10. На какие научно-учебные дисциплины подразделяется теория физической культуры по уровню обобщений и, с какими отраслями науки она наиболее тесно связана?

11. Почему физическую культуру относят к общественным явлениям, хотя она имеет биосоциальные основания?

12. Что подразумевается под социальными "функциями" и "формами" физической культуры?

13. Каковы специфические функции физической культуры в обществе? Раскройте их суть применительно к физической культуре в целом и ее отдельным видам и разновидностям.

14. Какие общекультурные функции свойственны физической культуре и какие функциональные связи объединяют ее с другими общественными явлениями?

15. Какие основные факторы и условия влияют на дифференциацию видов и разновидностей физической культуры в обществе?

16. Охарактеризуйте структурно-функциональные особенности следующих видов и разновидностей физической культуры:

- базовой и базово-продолжающей;
- специализированно-прикладной (прикладно-трудовой и военно-прикладной);
- спортивной;
- оздоровительно-рекреативной;
- оздоровительно-реабилитационной;
- повседневно-бытовой (в ее "домашних" малых формах).

17. Какой смысл вкладывают в понятие "система физической культуры", когда имеют в виду крупномасштабное социальное явление?

18. При каких условиях возникает развитая система физической культуры в обществе?

19. Охарактеризуйте типичные черты отечественной системы физической культуры, ее прогрессивные идейные, научно-прикладные, программно-нормативные и организационные истоки.

20. Как повлияли на состояние отечественной системы физической культуры коренные социально-экономические и другие преобразования в укладе жизни, произошедшие у нас в стране в конце XX века?

21. Какие задачи по развитию физической культуры и спорта в новой России выдвинуты в государственных установках социальной политики на ближайшую перспективу?

К разделу: «Общие основы теории и методики физического воспитания»

22. Какова роль физического воспитания в направленном воздействии на физическое развитие индивида, в его физическом (физкультурном) образовании, упрочении и сохранении здоровья? В чем состоят специфика

физического воспитания и его общие черты, объединяющие с другими видами воспитания?

23. В чем состоит цель, преследуемая в процессе физического воспитания, и как конкретизируется она в основных задачах?

24. Какие разновидности физического воспитания представлены на различных стадиях онтогенеза (возрастного развития индивида) и какие из них становятся основными в тех или иных стадиях?

25. Охарактеризуйте общий комплекс средств воздействия на воспитываемых в процессе физического воспитания.

26. Чем отличаются физические упражнения от других явлений двигательной деятельности человека? Дайте адекватное определение понятия «физическое упражнение», охарактеризуйте формы и содержание физических упражнений, их ближайшие, следовые и кумулятивные эффекты, приведите примеры распространенных классификаций упражнений.

27. Что следует подразумевать под «нагрузкой» при выполнении физических упражнений? Назовите параметры объема и интенсивности физических нагрузок, учитываемые при их применении, укажите типы интервалов отдыха, вводимые в процессе воспроизведения упражнений.

28. В чем состоят особенности методов строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного методов? Приведите классификацию методов строго регламентированного упражнения, укажите разновидности игрового и соревновательного методов.

29. Какие принципы имеют кардинальное регламентирующее значение в физическом воспитании? Укажите три уровня таких принципов.

30. Охарактеризуйте специфические принципы построения физического воспитания и закономерности, лежащие в их основе.

31. Какие конкретные задачи решаются в процессе обучения двигательным действиям? Охарактеризуйте последовательность их решения по этапам обучения двигательному действию.

32. Раскройте особенности методики начального и углубленного разучивания двигательного действия, результирующей отработки его, в том числе методики управления формированием ориентировочной основы действия, становлением двигательного умения и навыка.

33. Охарактеризуйте специфическую направленность, средства и основы методики воспитания двигательных способностей и их компонентов.

34. Охарактеризуйте специфическую направленность, средства и основы методики воспитания собственно силовых, скоростно-силовых и скоростных способностей.

35. Охарактеризуйте специфическую направленность, средства и основы методики воспитания комплексной, общей аэробной и специальной (специфической) выносливости.

36. Какие задачи по воздействию на осанку, гибкость тела и компоненты телосложения решаются в процессе физического воспитания? Каковы средства и основы методики их реализации?

37. В чем суть взаимосвязей физического и нравственного воспитания, физического и эстетического воспитания, физического и интеллектуального воспитания?

38. В силу чего физическое воспитание играет незаурядную роль в воспитании волевых качеств индивида? Раскройте основы методики воспитания волевых качеств в процессе физического воспитания.

39. На какие группы подразделяются формы построения отдельных занятий в процессе физического воспитания? В чем состоят их общие и отличительные черты?

40. Охарактеризуйте общую структуру занятия физическими упражнениями урочного типа, последовательность и соотношение его различных частей.

41. Что такое общая и моторная «плотность» занятия физическими упражнениями? Как ее определить и регулировать?

42. Какие способы организации деятельности занимающихся оправданно применяются в урочных формах занятий физическими упражнениями?

43. В чем смысл «принципа» перманентного планирования и контроля процесса физического воспитания? Какие виды планирования и контроля используются при организации процесса физического воспитания?

44. Охарактеризуйте объекты и операции перспективного, этапного и оперативно-текущего планирования процесса физического воспитания.

45. Охарактеризуйте объекты и способы выполнения операций оперативно-текущего и этапного контроля процесса и результатов физического воспитания.

К разделу "Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры "

46. Какое значение имеют так называемые "чувствительные" ("сенситивные") периоды возрастного физического развития для рационального построения физического воспитания подрастающего поколения?

47. В чем состоят основные особенности физического воспитания детей дошкольного возраста?

48. Почему урочная форма занятий физическими упражнениями считается особенно важной в школьной физической культуре?

49. Какие основные особенности свойственны курсу физического воспитания учащихся младшего школьного возраста?

50. В чем состоят основные особенности физического воспитания детей подросткового возраста?

51. Какие основные особенности характеризуют физкультурную деятельность учащихся старшего школьного возраста?

52. В чем состоят основные обязанности учителя физической культуры по оптимизации состояния здоровья учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе?

53. Каковы основные задачи специалиста физической культуры по рационализации семейного физического воспитания?

54. В чем заключаются основные особенности курса физического воспитания в средних специальных учебных заведениях?

55. Как построен курс физического воспитания в вузах? Каковы особенности его содержания?

56. В чем состоят особенности обязательного курса физического воспитания детей и молодежи, вовлеченных в спорт высших достижений?

57. Каковы современные представления о нормах физкультурно-оптимизированной двигательной активности в повседневном режиме жизни людей зрелого возраста?

58. В чем состоят основные особенности физкультурно-кондиционной тренировки людей зрелого возраста?

59. В каком направлении следует регламентировать спортивную деятельность спортсменов-ветеранов?

60. Каковы основные особенности содержания и методики производственной физической культуры?

61. В чем состоят основные методические правила использования физических упражнений в условиях повседневного домашнего быта ("зарядки" и других "малых форм" физической культуры)?

62. Как следует регламентировать общую динамику нагрузок по мере старения организма (возрастных инволюционных изменений его физического состояния).

К подразделу: «Методологические предпосылки, логика и методы теоретических исследований физической культуры»

85. Какие три уровня методологии познания существенны при исследовании физической культуры?

86. Дайте сжатую характеристику общенаучных интегративных подходов, используемых в исследовании по теории физической культуры?

87. Какие конкретно – методологические установки особенно важны для понимания причинно-следственных связей при исследовании процессов направленного функционирования физической культуры?

88. Охарактеризуйте источники получения фактических материалов, составляющих информационную основу в исследовании физической культуры.

89. По каким этапам разворачивается исследование, посвященное решению научной проблемы, избранной в сфере физической культуры.

90. В чем состоят особенности методов исследовательской деятельности при выявлении проблемной ситуации, постановке проблемы, формулировании рабочей гипотезы, сборе и обработке фактического материала, эмпирической проверке следствий гипотезы и результирующей разработке итоговых положений (на примере проблематики, относящейся к сфере физической культуры)?

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры : учебник/ Л.П. Матвеев. - [3-е изд., перераб. и доп.]. - М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2008. - 543 с.
2. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры : учебник / А.М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физ. культура, 2009. - 492 с.

б) Дополнительная литература:

1. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский. - [3-е изд.]. - М.: Сов. спорт, 2009. - 199 с.
2. Максименко А.М. Педагогическая практика студентов по физическому воспитанию в школе : учеб. пособие / А.М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физ. культура, 2007. - 123 с.
3. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры : рек. М-вом РФ по физ. культуре, спорту и туризму / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - М.: ACADEMIA, 2000. - 476 с. Гл. 10 – 16.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>
2. <https://ru.wikipedia.org/wiki/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Операционная система – Microsoft Windows.

- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
- Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС www.rucont.ru
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Теория и методика физической культуры для обучающихся Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса _2 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (АФК), направленность (профиль) «Адаптивное физическое воспитание», «Адаптивная двигательная рекреация», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»
Очной формы обучения*

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теоретико-методических основ физической культуры и спорта.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов
1	Выступление на групповых занятиях по заданию преподавателя с сообщением на конкретную тему	2-16 неделя	15
2	Активность при обсуждении тематики семинарских занятий	2-16 неделя	14
3	Рубежный контроль № 1 * Рубежный контроль № 2 * Рубежный контроль № 3 *	6 неделя 12 неделя 16 неделя	15 15 10
5	Посещение занятий	1-16 неделя	11
6	Сдача зачета	По расписанию	20
	Итого		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу(модулю) «Основные и смежные понятия в ТиМФК»	5
2	Выступление на семинаре «Методика воспитания физических качеств в избранном виде спорта»	10
3	Дополнительное тестирование по теме «Общие основы теории и методики физического воспитания»	5
4	Написание реферата по теме «Возрастные и некоторые избирательно-профилированные аспекты теории и методики физической культуры»	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале	F	E	D	C	B	A

ECTS						

Если дисциплина (модуль) изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Теория и методика физической культуры» («Теория спорта») для обучающихся Института_туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса _2 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (АФК), направленность (профиль) «Адаптивное физическое воспитание», «Адаптивная двигательная рекреация», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»
Очной формы обучения*

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теоретико-методических основ физической культуры и спорта.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр
Форма промежуточной аттестации: экзамен

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

п/п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов
1	Доклад по темам лекционных занятий	30-42 неделя	32
5	Посещение занятий	21-42 неделя	38
6	Сдача экзамена	По расписанию	30
	Итого		100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Введение в теорию спорта»	5
3	Выступление на семинаре по разделу «Основы теории и методики спорта»	10
4	Подготовка доклада «Основы системы спортивных соревнований»	5
5	Дополнительное тестирование по теме «Подготовка спортсмена как многолетний процесс»	5
6	Написание реферата по теме «Основные стороны подготовки спортсменов»	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100

Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Если дисциплина (модуль) изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теоретико-методических основ физической культуры и спорта

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.Б.14 Теория и методика физической культуры»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 «Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья»
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Адаптивное физическое воспитание»,
«Адаптивная двигательная рекреация», «Лечебная физическая культура»,
«Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 5 зачетных единиц.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 3,4 семестр (очная форма обучения), 3, 4 семестр (заочная форма обучения)

3.Цель освоения дисциплины (модуля): сформировать общие научно-методические основы профессионального мировоззрения специалистов по физической культуре и спорту, заложить необходимые для этого знания, научить успешно пользоваться ими.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	наименование
1	2
ОК-8	способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
ОК-10	готовность к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
ОПК-5	умение планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола.
ПК-10	умением воплощать в жизнь задачи развивающего обучения, обеспечивающего оптимальное физическое развитие человека.

5.Краткое содержание дисциплины (модуля):
Очная форма обучения

№ п/ п	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестрам) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	4	5	6		7
	Часть I. Введение в общую теорию физической культуры. Системная характеристика физической культуры	III	6	6	6		
1.	Предмет теории и методики физической культуры и отправные определения понятий		2	2			
2.	Цели и задачи, достигаемые в сфере физической культуры, её компоненты(виды, разновидности) в обществе				2		
3.	Система физической культуры в обществе		2	2			
4.	Общие и специфические функции физической культуры		2		2		
5.	Виды, разновидности и структура физической культуры в обществе. Тенденции её современного развития			2	2		
	Часть II. Общие основы теории и методики физического воспитания <i>Раздел 1. Общая характеристика физического воспитания: направленность, средства, методы, принципы</i>		8	20	12		
1.	Целенаправленность и основные стороны процесса физического воспитания				2		
2.	Средства и методы в физическом воспитании		2	4			
3.	Принципы, регламентирующие		2	2			

	деятельность по физическому воспитанию						
4.	<i>Раздел 2. Основные аспекты содержания и методики физического воспитания</i> Основы обучения двигательным действиям		2	4			
5.	Воспитание двигательных координационных и некоторых непосредственно связанных с ними способностей			2	2		
6.	Воспитание силовых и скоростных способностей			2	2		
7.	Воспитание выносливости				2		
8.	Направленное воздействие в процессе физического воспитания на осанку, гибкость и некоторые компоненты телосложения			2			
9.	Взаимосвязь различных сторон воспитания в процессе физического воспитания				2		
10	<i>Раздел 3. Формы построения занятий, планирование и контроль в физическом воспитании</i> Формы построения занятий в физическом воспитании		2	2			
11	Планирование и контроль в физическом воспитании			2	2		
	Часть III. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры		2	2	10		
1.	Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста				2		
2.	Физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста		2	2			
3.	Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи				2		
4.	Физическая культура в системе рациональной организации труда и в быту основных контингентов				2		

	трудящихся						
5.	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста				2		
	<i>Логика и методология теоретических исследований физической культуры</i>				2		
	Итого: 72 ч		16	28	28		зачет

Очная форма

«Теория спорта»

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестрам) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Теория и методика спорта <i>Раздел 1. Введение в теорию спорта</i> Особенности предмета теории спорта. Ее специфические понятия	IV	20 2	24 2	55 6		
2.	Сущность спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе; тенденции развития		2	2	8		
3.	<i>Раздел 2. Теория спортивных соревнований</i> Соревнование как основа специфики спорта		2	2	6		

4.	Основы системы спортивных соревнований		2	4	6		
5.	<i>Раздел 3. Основы системы подготовки спортсмена</i> Общая характеристика системы подготовки спортсмена		2	2	6		
6.	Основные стороны подготовки спортсмена (содержание и основы методики)		2	4	6		
7.	Структура спортивной тренировки		4	2	6		
8.	Подготовка спортсмена как многолетний процесс (основные стадии и этапы)		2	4	6		
9.	Технология планирования и контроля как факторов педагогического управления в системе подготовки спортсмена		2	2	5		
	Итого: 108 ч		20	24	55	9	экзамен

Заочная форма

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестрам) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	2	3	5	6	7		8

	Часть I. Введение в общую теорию физической культуры. Системная характеристика физической культуры	3	2	2	20		
1.	Предмет теории и методики физической культуры и отправные определения понятий		2		4		
2.	Цели и задачи, достигаемые в сфере физической культуры, её компоненты (виды, разновидности) в обществе				4		
3.	Система физической культуры в обществе			2	4		
4.	Общие и специфические функции физической культуры				4		
5.	Виды, разновидности и структура физической культуры в обществе. Тенденции её современного развития				4		
	Часть II. Общие основы теории и методики физического воспитания		2	4	56		
	<i>Раздел I. Общая характеристика физического воспитания: направленность, средства, методы, принципы</i>						
1.	Целенаправленность и основные стороны процесса физического воспитания				4		
2.	Средства и методы в физическом воспитании			2	6		
3.	Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию				4		

4.	<i>Раздел 2. Основные аспекты содержания и методики физического воспитания</i> Основы обучения двигательным действиям		2		8		
5.	Воспитание двигательных координационных и некоторых непосредственно связанных с ними способностей				4		
6.	Воспитание силовых и скоростных способностей			2	4		
7.	Воспитание выносливости				4		
8.	Направленное воздействие в процессе физического воспитания на осанку, гибкость и некоторые компоненты телосложения				6		
9.	Взаимосвязь различных сторон воспитания в процессе физического воспитания				4		
10	<i>Раздел 3. Формы построения занятий, планирование и контроль в физическом воспитании</i> Формы построения занятий в физическом воспитании				6		
11	Планирование и контроль в физическом воспитании		2		6		
1.	Часть III. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста			2	26		
2.	Физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста			2	12		
3.	Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи				4		

4.	Физическая культура в системе рациональной организации труда и в быту основных контингентов трудящихся				4		
5.	Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста				4		
1.	Часть IV. Теория и методика спорта <i>Раздел 1. Введение в теорию спорта</i> Особенности предмета теории спорта. Ее специфические понятия	4	2	2	51 3		
2.	Сущность спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе; тенденции развития		2		4		
3.	<i>Раздел 2. Теория спортивных соревнований</i> Соревнование как основа специфики спорта				4		
4.	Основы системы спортивных соревнований			2	4		
5.	<i>Раздел 3. Основы системы подготовки спортсмена</i> Общая характеристика системы подготовки спортсмена				4		
6.	Основные стороны подготовки спортсмена (содержание и основы методики)				6		
7.	Структура спортивной тренировки				8		

8.	Подготовка спортсмена как многолетний процесс (основные стадии и этапы)				6		
9.	Технология планирования и контроля как факторов педагогического управления в системе подготовки спортсмена				6		
10.	<i>Логика и методология теоретических исследований физической культуры</i>				6		
	Итого: 180 ч		8	10	153	9	Зачет экзамен

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики гимнастики

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ГИМНАСТИКИ»

(Б1.Б.15.1)

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направления подготовки/специальности:

49.03.02

**Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)**

(код и наименование)

Направленности (профили):

**Адаптивное физическое воспитание
Адаптивная двигательная рекреация
Лечебная физическая культура
Физическая реабилитация**

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная и (или) заочная*
Год набора 2016г.

Москва – 2017г.



Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института__спорта и физического воспитания
Протокол № 16 от «13» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № 23 от «26» апреля 2017 г.

Составители:

Кувшинникова С.А., к.п.н., доцент, профессор кафедры ТиМ гимнастики
РГУФКСМиТ;

Михалина Г.М., к.п.н., доцент, доцент кафедры ТиМ гимнастики РГУФКСМиТ;

Андреасян К.Б., к.п.н., старший преподаватель кафедры ТиМ гимнастики
РГУФКСМиТ.

Дубовицкая И.А., старший преподаватель кафедры ТиМ гимнастики
РГУФКСМиТ.

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент: Костикова Л.В., к.п.н., профессор кафедры ТиМ баскетбола
РГУФКСМиТ.

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ГИМНАСТИКИ» является: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств гимнастики для сохранения и упрочения здоровья, оптимизации физического развития, повышения уровня физической подготовленности и подготовки к профессиональной деятельности. Дисциплина преподаётся на русском языке.

2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина (модуль) «МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ГИМНАСТИКИ», являясь важнейшим компонентом физической культуры и культуры личности, тесно связан с курсами гуманитарного и естественнонаучного цикла, поскольку ориентирован на познание той части культуры, которая является специфическим фактором совершенствования природных (естественных) качеств и способностей человека, оптимизации его физического состояния, физического развития и здоровья в целом.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

4.Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4
ОК- 8	Способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		
	Знать: современное состояние гимнастики как совокупности видов физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, являющихся эффективным средством физического воспитания, оздоровления и рекреации населения	1	1

	<i>Знать:</i> направленность использования базовых средств гимнастики для осуществления физкультурно-оздоровительной и спортивно-тренировочной деятельности и основы классификации гимнастических упражнений	1	1
	<i>Знать:</i> основы техники выполнения и методики обучения базовым гимнастическим упражнениям спортивного и прикладного характера и теоретические аспекты формирования двигательных умений и навыков.	1	1
	<i>Знать:</i> особенности организации и проведения спортивных соревнований по гимнастике.	1	1
	<i>Уметь:</i> применять средства гимнастики для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа жизни	1	1
	<i>Уметь:</i> практически использовать спортивно-гимнастическую терминологию в процессе проведения занятий физическими упражнениями	1	1
	<i>Уметь:</i> определять цели и задачи учебно-тренировочного и учебно-воспитательного процесса, используя адекватные поставленным задачам средства и методы учебно-тренировочной деятельности.	1	1
	<i>Уметь:</i> применять практические навыки оценки физического и функционального состояния занимающихся средствами гимнастики, осуществлять этапный контроль их работоспособности	1	1
	<i>Уметь:</i> использовать ценности, накопленные в области гимнастики, для воспитания патриотизма и любви к Отечеству, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях.	1	1
	<i>Владеть:</i> ценностями физической культуры, в частности гимнастики, в том	1	1

	числе, системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и упрочение здоровья, развитие двигательных способностей для успешной социально-культурной и профессиональной деятельности		
	<i>Владеть:</i> теоретическими основами гимнастической терминологии, являющейся базовым средством профессионального общения в сфере физической культуры и спорта	1	1
	<i>Владеть:</i> базовыми средствами гимнастики, необходимыми для эффективного управления занимающимися	1	1
ОК-10	Готовность к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		
	<i>Знать:</i> основы теории и методики физической подготовки в гимнастике	1	1
	<i>Знать:</i> средства и методы физической подготовки в гимнастике	1	1
	<i>Уметь:</i> применять различные упражнения, направленные на развитие различных физических качеств в процессе занятий гимнастикой.	1	1
	<i>Владеть:</i> методикой тестирования уровня развития физических качеств в процессе занятий гимнастикой	1	1

ОПК-5	Умение планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности		
	<i>Знать:</i> правила и способы планирования индивидуальных и групповых занятий физическими упражнениями различной целевой направленности. <i>Знать:</i> положения и принципы разработки учебных планов и конспектов конкретных занятий.	1	1
	<i>Уметь:</i> разрабатывать конспекты различных частей урока с учетом целей и задач, а также контингента занимающихся. <i>Уметь:</i> планировать различные формы	1	1

	занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ оздоровительной тренировки, а также климатических, региональных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся; Уметь: обеспечивать реализацию составленных учебных планов и программ в зависимости от контингента занимающихся, уровня здоровья и физической подготовленности.		
	<i>Владеть:</i> педагогической технологией составления обеспечивающих активную профессиональную деятельность в процессе составления учебных планов и программ.	1	1
ПК-2	Умение обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры		
	<i>Знать:</i> влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний	1	1
	<i>Знать:</i> способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;	1	1
	<i>Уметь:</i> провести подготовительную, основную и заключительную части урока гимнастики, используя выбранные средства и методы адекватно поставленным задачам.	1	1
	<i>Уметь:</i> выполнять комплексы оздоровительной физической культуры с учётом потребностей, характерных для конкретного вида адаптивной физической культуры	1	1
	<i>Уметь:</i> методически грамотно строить процесс обучения базовым гимнастическим упражнениям спортивного и прикладного характера, видеть и исправлять возникающие в процессе обучения ошибки;	1	1
	<i>Владеть:</i> средствами контроля состояния	1	1

	занимающихся и регулирования физической нагрузки в ходе рекреационно-реабилитационного процесса <i>Владеть:</i> способами организации занимающихся и методическими приёмами обучения		

5. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4** зачетные единицы, **56** академических часов (очная форма) и **4** единицы, **12** академических часов (заочная форма).

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	История гимнастики и её место в системе физического воспитания	I	2				Реферат
2	Базовые средства и методические особенности гимнастики	I	2				Доклад
4	Формы и содержание оздоровительных занятий гимнастикой	I	2				Доклад
3	Основы методики обучения гимнастическим упражнениям	I	4				Написание конспекта
4	Гимнастическая терминология	I		4			Тестирование
5	Задания на развитие двигательных координационных способностей (ДКС) и	I		2			Практические задания

	памяти на движения						
6	Строевые упражнения	I		4			Зачетные занятия
7	Разновидности передвижений	I		6			Практические задания
8	Комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ)	I		8			Написание конспекта
9	Вольные упражнения	I		6			Зачетные занятия
10	Акробатические упражнения	I		6			Зачетные занятия
11	Гимнастические и опорные прыжки	I		4			Зачетные занятия
12	Упражнения общей и специальной физической подготовки	I		2			Практические задания
13	Подвижные игры с элементами гимнастики	I		2			Практические задания
14	Тестирование уровня физ.подготовленности студентов (начальное и итоговое)	I		4			Практические задания
15	Приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	I		2			Выступление с докладом, написание реферата
Итого часов: 144			10	54	62	18	

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение в дисциплину	I	2				Устный опрос
2	Гимнастическая терминология	I		2			Тестирование
3	Задания на развитие двигательных-координационных способностей (ДКС) и памяти на движения	I					Практические задания
4	Решение частных задач физического воспитания средствами акробатики	I					Практические задания, зачетное занятие
5	Строевые упражнения	I		2			Зачетные занятия
6	Разновидности передвижений	I					Практические задания
7	Комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ)	I		2			Написание конспекта
8	Вольные упражнения	I					Зачетные занятия
9	Акробатические упражнения	I		2			Зачетные занятия
10	Гимнастические и опорные прыжки	I					Зачетные занятия
11	Упражнения общей и специальной физической подготовки	I					Практические задания
12	Подвижные игры с элементами гимнастики	I					Практические задания
13	Тестирование уровня физ.подготовленности студентов (начальное и итоговое)	I		2			Практические задания
14	Приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	I					Выступление с докладом, написание

						реферата
Итого часов: 144			2	10	123	9

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины проводится по следующим темам учебной программы: «Основы гимнастической терминологии», «Строевые упражнения», «Вольные и акробатические упражнения», «Опорный прыжок», «Уровень общей физической подготовленности».

Гимнастическая терминология

Для тестирования знаний студентов по теме «Гимнастическая терминология» используются тесты, составленные из 10 вопросов. Задания содержатся на картинках в виде одной позы/движения, или нескольких поз/движений, представляющих последовательность движения телом или отдельной его частью. К каждому заданию предложено четыре варианта ответа. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные ответы, а также ответы, частично соответствующие смыслу вопросов. Правильным считается только один – наиболее полный. Задача тестируемого заключается в выборе одного из четырех вариантов ответа, который, по его мнению, является правильным. Для фиксации ответов используется специальный бланк.

Строевые упражнения

Разучить и провести в качестве преподавателя на учебной группе (учебном отделении) комбинацию, составленную из строевых упражнений, наиболее часто встречающихся в практике проведения занятий физической культурой.

Для тестирования знаний студентов по теме «Строевые упражнения» используются тесты, составленные из 10 вопросов. К каждому заданию предложено четыре варианта ответа. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные ответы, а также ответы, частично соответствующие смыслу вопросов. Правильным считается только один – наиболее полный. Задача тестируемого заключается в выборе одного из четырех вариантов ответа, который, по его мнению, является правильным. Для фиксации ответов используется специальный бланк.

Учебно-зачетная композиция вольных упражнений

Композиция вольных упражнений содержит 32/64 движения общеразвивающего характера и выполняется строго в соответствии с программой под произвольно выбранное музыкальное сопровождение инструментального характера. Возможна замена музыкального сопровождения подсчетом.

При выполнении вольных упражнений участнику необходимо соблюдать общий порядок и точность выполнения движений и демонстрировать уверенное его выполнение; выполнять движения с максимальной амплитудой в соответствии с требованиями гимнастического стиля; соблюдать согласованность выполнения движений с темпоритмом музыкального сопровождения.

Судейство участников производится по 5-балльной оценочной шкале.

Акробатическое упражнение

Первое учебно-зачетное упражнение – «старт пловца» – кувырок вперед прыжком – прыжок вверх ноги врозь – кувырок вперед – кувырок вперед прыжком – прыжок вверх с поворотом на 360° в доскок.

Второе учебно-зачетное упражнение – два-три шага разбега – переворот в сторону – переворот в сторону с поворотом на 180° – кувырок назад – кувырок назад – прыжок с поворотом на 180° в доскок.

Опорные прыжки

Прыжки согнув ноги и ноги врозь выполняются через гимнастического козла поперек (девушки – высотой не менее 120 см; юноши – не менее 130 см; указана минимально допустимая высота снаряда, занимающиеся имеют право по своему выбору поднимать снаряд выше указанной отметки); гимнастический мостик устанавливается у девушек не ближе 0,5 м от снаряда, у юношей – 1,0 м от снаряда.

Тестирование уровня физической подготовленности

Тест 1. «Повторные сгибания рук в висе».

Тест 2. «Повторные сгибания рук в упоре лежа».

Тест 3. «Повторные разгибания и сгибания туловища».

Тест 4. «Прыжок в длину с места».

Тест 5. «Челночный бег 2 x 15 метров».

Тест 6. «Наклон вперед стоя».

Оценка исполнения:

Оцениваются показатели выполнения каждого теста в отдельности.

«Удовлетворительно» - положительная динамика результатов начального и итогового тестирования.

«Неудовлетворительно» - отрицательная динамика результатов начального и итогового тестирования.

Приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций

Для оценки знаний студентов студентам предлагается ответить на вопросы в форме собеседования, выступить с докладом, а также защитить реферат по данной теме.

Примерные темы рефератов

1. Гимнастика как средство оздоровления и рекреации населения.
2. Оздоровительные виды гимнастики и их разновидности.
3. История создания и основы терминологии гимнастических упражнений.

4. Методические особенности гимнастических упражнений.
5. Основы методики обучения гимнастическим упражнениям.
6. Обеспечение безопасности на занятиях гимнастикой.
7. Педагогическая технология составления комплексов общеразвивающих упражнений.
8. Формирование осанки, профилактика плоскостопия и укрепление сводов стопы с помощью гимнастических упражнений.
9. Использование гимнастических упражнений для развития силовых способностей.
10. Развитие двигательно-координационных способностей на занятиях гимнастикой.
11. Развитие гибкости с помощью гимнастических упражнений.
12. Развитие выносливости на занятиях гимнастикой.
13. Особенности занятий гимнастикой с детьми дошкольного возраста.
14. Особенности занятий гимнастикой с детьми младшего и среднего школьного возраста.
15. Особенности занятий гимнастикой с подростками старшего школьного возраста.
16. Методика составления и содержание индивидуального комплекса утренней гигиенической гимнастики.
17. Проведение занятий гимнастикой для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
18. Оказание первой помощи пострадавшим в ЧС и экстремальных ситуациях.
19. Методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, обеспечивающих активную профессиональную деятельность.

Вопросы для тестирования знаний по теоретическим основам гимнастики

1. Поясните значение и происхождение понятия «гимнастика». В чём проявляются особенности гимнастических упражнений.
2. Дайте краткую характеристику гигиенической гимнастики.
3. Опишите технику и методику обучения кувырку вперёд.
4. На какие этапы делится процесс обучения гимнастическим упражнениям?
5. Опишите технику и методику обучения кувырку назад.
6. Расскажите об особенностях методики и содержании урочных занятий гимнастикой с учащимися младшего школьного возраста.
7. Расскажите об особенностях методики и содержании урочных занятий гимнастикой с учащимися среднего и старшего школьного возраста?
8. Расскажите о значении и месте гимнастики в системе физического воспитания населения.
9. Охарактеризуйте и классифицируйте строевые упражнения. Назовите элементы строя, точки зала и его границы. Расскажите о методике обучения строевым упражнениям.
10. Охарактеризуйте общеразвивающие упражнения. Как они классифицируются; какие педагогические задачи можно решать, используя общеразвивающие упражнения.
11. Каковы требования к организации занятий утренней гимнастикой? Чем она отличается от вводной гимнастики.
12. Охарактеризуйте прикладные упражнения. Какие двигательные навыки они формируют; в чём проявляются особенности методики обучения этим упражнениям.
13. Какие факторы повышают вероятность получения травмы при выполнении гимнастических упражнений.

14. Объясните значение гимнастической терминологии, и перечислите предъявляемые к ней требования.

15. Раскройте педагогическую технологию составления комплексов общеразвивающих упражнений и расскажите о структуре и содержании конспекта общеразвивающих упражнений, выполняемого в подготовительной части урока физической культуры?

16. Дайте определение коррекционной гимнастики. Чем она отличается от лечебной.

17. Какие задачи решаются в основной части школьного урока гимнастики, и какие средства используются для их решения.

18. Расскажите о средствах и методах воспитания двигательных способностей на занятиях гимнастикой.

19. Расскажите, какие виды гимнастических упражнений используются при проведении подготовительной части урока гимнастики в школе, и какие требования предъявляются к её проведению.

20. Расскажите о средствах и методах воспитания силовых и скоростно-силовых способностей на занятиях гимнастикой.

21. Дайте характеристику акробатическим упражнениям, как они классифицируются и какие педагогические задачи решают.

22. Расскажите о средствах и методах воспитания гибкости на занятиях гимнастикой.

23. Расскажите о средствах и методах воспитания общей выносливости на занятиях гимнастикой.

24. Расскажите о средствах и методах коррекции избыточного веса, профилактики плоскостопия и формирования рациональной осанки у школьников.

25. Расскажите о видах помощи и страховки, используемых при обучении гимнастическим упражнениям. Перечислите известные вам приёмы оказания помощи.

26. Перечислите и охарактеризуйте факторы, стимулирующие интерес к занятиям гимнастикой?

27. Назовите правила формирования терминов, обозначающих движения конечностями по дугам и кругам. Приведите примеры.

28. Объясните значение музыкального сопровождения занятий гимнастикой. Какие виды гимнастических упражнений выполняются под музыку, и в чём их ценность?

29. Расскажите о методических требованиях, которым должны отвечать занятия гимнастикой?

30. Каковы общие методические правила организации занятий коррекционной гимнастикой?

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

а) Основная литература:

1. Гимнастика и методика преподавания / Под ред. Проф. В.М. Смолевского. – М., 1987.

2. Гимнастика в вопросах и ответах: учебное пособие / А.Б. Лагутин, Г.М., Михалина. – М.: Физическая культура, 2010.

3. Лекции по гимнастике для студентов дневного и заочного отделения РГУФКСМиТ / А.Б. Лагутин, Ю.К. Гавердовский, – М.: Физическая культура, 2011.

б) Дополнительная литература:

1. Брыкин А.Т. Гимнастическая терминология / Брыкин А.Т. – 2-е изд., перераб. и испр. – М.: ФиС, 1969. – 188 с.: ил.

2. Земсков Е.А. Материально-техническое обеспечение занятий гимнастикой: метод. разраб. ГЦОЛИФК. – М., 1991. – 52 с.

3. Лагутин А.Б. Командная гимнастика в школе: метод. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / А.Б. Лагутин. – М.: Физ. культура, 2008. – 142 с.: ил.

4.Лагутин А.Б., Михалина Г.М., Чесноков Н.Н. Гимнастика на Всероссийских олимпиадах школьников по физической культуре, М.: Издательство «Физическая культура», 2010. – 64 с.

5.Маслов Б.В. Гимнастика. Самостоятельная работа студентов: метод. разраб. для студентов 1 курса ГЦОЛИФКа, не спец. по гимнастике / Маслов Б.В.; ГЦОЛИФК. – М., 1993. – 62 с.: ил.

6.Семенов Л.П. Подготовительная часть урока гимнастики (игровые задания для активизации внимания и повышения эмоционального состояния занимающихся): метод. пособие для студентов и слушателей ФПК РГАФК / Семенов Л.П.; РГАФК/ Семенов Л.П.; РГАФК. – М., 1995. – 33 с.

7.Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура: учеб. для студентов спец. оздоровит. физ. культура вузов: Утв. М-самообразования Респ.Беларусь / Фурманов Александр Григорьевич, Юспа Михаил Борисович. – Минск: Тесей, 2003. – 527 с.: ил.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1.Видеозапись учебно-зачетных вольных, акробатических упражнений и опорных прыжков.

2.Видеозапись проведения учебно-зачетной комбинации строевых упражнений.

3.Презентация в редакторе *PowerPoint* основных терминов общеразвивающих и акробатических упражнений.

4.Презентация в редакторе *PowerPoint* контрольно-тестовых заданий по теме «Гимнастическая терминология» 1 и 2 уровней сложности.

5.Таблица в редакторе *MicrosoftWord* «Термины движений руками по дугам и кругам».

6.Электронная версия методического пособия «Гимнастика в вопросах и ответах».

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

Зарубежные базы данных:

1. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest www.proquest.com

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

-стандартные гимнастические снаряды – гимнастический ковер, перекладина, брусья параллельные и разновысокие, гимнастическое бревно; гимнастический козел;

-гимнастические снаряды массового типа – не менее 10 пролетов гимнастической стенки, 4-6 гимнастических скамеек;

-комплект мелкого гимнастического инвентаря на группу стандартной наполняемости: скакалки (короткие и длинная), палки, мячи;

-мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть

Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия);

-учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

«МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ГИМНАСТИКИ»
(БАФКАФВ, БАФКАДРБ, БАФКЛФК, БАФКФР)
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направления подготовки/специальности:

49.03.02

**Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)**
(код и наименование)

Направленности (профили):

**Адаптивное физическое воспитание
Адаптивная двигательная рекреация
Лечебная физическая культура
Физическая реабилитация**

очной/заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): I семестр (очная и заочная)

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Тест по теме/модулю (Гимнастическая терминология).	5 неделя	5
2	Выполнение практического задания №1 по разделу «Вольные упражнения»	7 неделя	5

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

3	Выполнение практического задания №2 по разделу «Строевые упражнения»	8 неделя	5
4	Выполнение практического задания №2 по разделу «Акробатические упражнения»	10 неделя	10
5	Выполнение практического задания №2 по разделу «Опорные прыжки»	12 неделя	10
6	Выступление на семинаре «Анатомо-физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов и приемы первой помощи»	13 неделя	5
7	Написание реферата по теме «Оказание первой помощи пострадавшим в ЧС и экстремальных ситуациях»	14 неделя	10
8	Написание реферата по теме: «Методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, обеспечивающих активную профессиональную деятельность»	15 неделя	10
9	Написание реферата по теме: Методика преподавания гимнастики в государственных учреждениях»	16 неделя	10
10	Посещение занятий	В течение семестра	10
	Экзамен:		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу: «Методика обучения гимнастическим упражнениям»	15
2	Дополнительное тестирование по теме/модулю (Гимнастическая терминология)	15
3	Написание реферата по теме «Упражнения на видах мужского гимнастического многоборья»	15
4	Написание реферата по теме Упражнения на видах женского гимнастического многоборья	15
5	Написание развернутого конспекта по теме: Проведение урока гимнастики в общеобразовательной школе	20

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдав экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
	Неудовлетворительно	Посредственно	Удовлетворительно	Хорошо	Очень хорошо	Отлично

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики гимнастики

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«МЕТОДИКА ПРЕПОДАВАНИЯ ГИМНАСТИКИ»

(БАФКАФВ, БАФКАДРБ, БАФКЛФК, БАФКФР)

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направления подготовки/специальности:

49.03.02

**Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)**
(код и наименование)

Направленности (профили):

**Адаптивное физическое воспитание
Адаптивная двигательная рекреация
Лечебная физическая культура
Физическая реабилитация**

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная и (или) заочная*
Год набора 2016г.

Москва – 2017г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4** зачетные единицы (очная) и **4** зачетные единицы (заочная).

2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): I семестр

3.Цель освоения дисциплины (модуля): формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств гимнастики для сохранения и упрочения здоровья, оптимизации физического развития, повышения уровня физической подготовленности и подготовки к профессиональной деятельности. Дисциплина преподаётся на русском языке.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю): владеть средствами и методами гимнастики для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, а также приемами первой помощи, методами защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

6.Очная форма обучения

7.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	История гимнастики и её место в системе физического воспитания	I	2				Реферат
2	Базовые средства и методические особенности гимнастики	I	2				Доклад
4	Формы и содержание оздоровительных занятий гимнастикой	I	2				Доклад
3	Основы методики обучения гимнастическим упражнениям	I	4				Написание конспекта

4	Гимнастическая терминология	I		4			Тестирование
5	Задания на развитие двигательных координационных способностей (ДКС) и памяти на движения	I		2			Практические задания
6	Строевые упражнения	I		4			Зачетные занятия
7	Разновидности передвижений	I		6			Практические задания
8	Комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ)	I		8			Написание конспекта
9	Вольные упражнения	I		6			Зачетные занятия
10	Акробатические упражнения	I		6			Зачетные занятия
11	Гимнастические и опорные прыжки	I		4			Зачетные занятия
12	Упражнения общей и специальной физической подготовки	I		2			Практические задания
13	Подвижные игры с элементами гимнастики	I		2			Практические задания
14	Тестирование уровня физ.подготовленности студентов (начальное и итоговое)	I		4			Практические задания
15	Приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	I		2			Выступление с докладом, написание реферата
Итого часов: 144			10	54	62	18	

8.Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение в дисциплину	I	2				Устный опрос
2	Гимнастическая терминология	I		2			Тестирование
3	Задания на развитие двигательных-координационных способностей (ДКС) и памяти на движения	I					Практические задания
4	Решение частных задач физического воспитания средствами акробатики	I					Практические задания, зачетное занятие
5	Строевые упражнения	I		2			Зачетные занятия
6	Разновидности передвижений	I					Практические задания
7	Комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ)	I		2			Написание конспекта
8	Вольные упражнения	I					Зачетные занятия
9	Акробатические упражнения	I		2			Зачетные занятия
10	Гимнастические и опорные прыжки	I					Зачетные занятия
11	Упражнения общей и специальной физической	I					Практические задания

	подготовки					
12	Подвижные игры с элементами гимнастики	I				Практические задания
13	Тестирование уровня физ.подготовленности студентов (начальное и итоговое)	I		2		Практические задания
14	Приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	I				Выступление с докладом, написание реферата
Итого часов: 144			2	10	123	9

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Т и М легкой атлетики им. Н.Г.Озолина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.15.2 Методика преподавания легкой атлетики»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 "Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)"

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура
Физическая реабилитация

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована

Экспертно-методическим советом
Института _____
Протокол № 57 от 29 авг. 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

Теории и методики лёгкой атлетики
(наименование)
Протокол № 36 от «27» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

Теории и методики лёгкой атлетики им. Н. Г. Озолина
(наименование)
Протокол № 34 от «24» мая 2017 г.

Составитель:

Самойлов Геннадий Васильевич, канд. пед. наук, ст.преподаватель кафедры Т и М легкой атлетики им. Н.Г.Озолина

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «методика преподавания лёгкой атлетики» является приобретение учащимися практических знаний и умений, необходимых для формирования профессионально-необходимых компетенций, необходимых на практике специалистам в области физической культуры, работающим в системе общеобразовательных структур. Программа реализуется на русском языке.

2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам физкультурной деятельности и спорта (легкая атлетика)» относится к профессиональному циклу базовой части ФГОС ВПО по направлению подготовки 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)" квалификации «Академический бакалавр».

Легкая атлетика входит в обязательный минимум содержания образования по физической культуре учебных программ всех ступеней, начиная от дошкольного воспитания и продолжая в средней и высшей школе. Поэтому, изучение предмета «Теория и методика обучения базовым видам физкультурной деятельности и спорта (легкая атлетика)» необходимо с целью формирования теоретических знаний, практических умений и навыков для самостоятельной педагогической и организационной работы по физической культуре в образовательных учреждениях и спортивных организациях.

Основные положения теории и методики легкой атлетики имеют тесную взаимосвязь с содержанием естественнонаучных и гуманитарных дисциплин учебного плана (анатомии, физиологии, биомеханики, истории физической культуры, психологии, педагогики, безопасности жизнедеятельности, теории физической культуры и др.).

Курс общим объемом 144 часа, из них 8 лекционных, 60 практических часов, 67 часов самостоятельной работы, 9 часов на экзамен, изучается в

течение второго семестра.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-8	<i>Знать:</i> особенности применения подводящих и подготовительных легкоатлетических упражнений, связанные с полом, возрастом и физическим особенностями занимающихся	2		
	<i>Уметь:</i> правильно выполнять легкоатлетические упражнения подготовительного характера, входящие в программы реабилитационно-рекреативного характера для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	2		
	<i>Владеть:</i> способностью использовать методы и средства легкой атлетики для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	2		
ОК-10	<i>Знать:</i> средства и методы, применяемые в легкой атлетике для воспитания физических качеств, тренировочные методы, используемые в легкой атлетике для достижения запланированных результатов, а также средства легкой атлетики, используемые для педагогического контроля физического состояния	2		
	<i>Уметь:</i> методически правильно организовывать занятия с применением легкоатлетических упражнений, использовать легкоатлетические средства подготовки для достижения необходимого результата, проводить контроль физической подготовленности с применением педагогических средств легкой атлетики	2		
	<i>Владеть:</i> готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	2		
ОПК-5	<i>Знать:</i> виды классификацию легкоатлетических	2		

	упражнений, основы техники видов легкой атлетики и подводящих упражнений, методику применения легкоатлетических упражнений при групповых и самостоятельных занятиях			
	<i>Уметь:</i> планировать нагрузку и подбирать индивидуально адекватные легкоатлетические средства при групповых и самостоятельных занятиях для лиц с особенностями развития и здоровья, с учетом санитарно-гигиенических норм образовательной деятельности, климатических, национальных и религиозных особенностей	2		
	<i>Владеть:</i> умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей	2		
ПК-2	<i>Знать:</i> Основы техники легкоатлетических упражнений, методику обучения и применения подводящих упражнений	2		
	<i>Уметь:</i> Обучать технике отдельных видов легкой атлетики с применением подводящих и подготовительных упражнений	2		
	<i>Владеть:</i> Умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры	2		

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **9** зачетных единиц, **144** академических часов.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел спорта	1. Легкая атлетика вид	2	2	4	6		

	1.1. Возникновение легкой атлетики как вида спорта. История легкой атлетики России		1				
	1.2. Классификация легкоатлетических упражнений		1		2		
	1.3 Проведение соревнований по легкой атлетике			2	2		
	1.4. Организация и проведение массовых легкоатлетических мероприятий			2	2		
Раздел 2. Техника легкоатлетических упражнений		2	2				Написание реферата
	2.1. Основы техники легкоатлетических видов			2	2		
	2.2. Техника бега на короткие дистанции и подводящие упражнения			2	2		
	2.3. Техника прыжка в длину с разбега и подводящие упражнения			2	2		
	2.4. Техника бросковых упражнений с ядром			2	2		
	2.5. Техника спортивной ходьбы и подводящие упражнения			2	2		
	2.6. Техника эстафетного бега и подводящие упражнения			2	2		
	2.7. Техника метания малого мяча и подводящие упражнения			2	2		
	2.8. Техника прыжка в высоту способом «перешагивание» и подводящие упражнения			2	2		
	2.9. Техника бега на средние и длинные дистанции			2	2		
Раздел 3. Методика обучения технике выполнения легкоатлетических упражнений		2	2				Разработка конспекта
	3.1. Проведение подготовительной части занятия с применением легкоатлетических подготовительных упражнений			2	2		практический зачет
	3.2. Методика обучения бегу на короткие дистанции			2	3		практический зачет
	3.3. Методика обучения прыжку в длину с разбега «согнув ноги»			2	3		практический зачет
	3.4. Методика обучения технике толкания ядра со скачка			2	3		практический зачет
	3.5. Методика обучения технике спортивной ходьбы			2	3		практический зачет
	3.6. Методика обучения технике			2	3		практический

	эстафетного бега 4 x 100 м						зачет
	3.7. Методика обучения технике метания малого мяча с разбега			2	3		практический зачет
	3.8. Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивание»			2	3		практический зачет
	3.9. Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции			2	2		практический зачет
Раздел 4. Применение легкоатлетических упражнений для воспитания физических способностей. Методы педагогического контроля		2	2				Написание реферата
	4.1. Основы техники безопасности на занятиях по легкой атлетике			2	2		
	4.2. Физические качества, лимитирующие результаты в различных видах легкой атлетики			2	2		
	4.3. Методы и средства лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений быстроты. Методы тестирования скоростных способностей			2	2		
	4.4. Методы и средства лёгкой атлетики для воспитания скоростно-силовых способностей. Методы тестирования скоростно-силовых способностей			2	2		
	4.5. Методы и средства лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений выносливости. Методы тестирования выносливости			2	2		
	4.6. Основные принципы построения легкоатлетических занятий для различных слоев населения			2	2		
	4.7. Учет возрастных особенностей на занятиях по легкой атлетике			2	2		
	4.8. Планирование нагрузок тренировочной и оздоровительной направленности при занятиях легкой атлетикой			2	2		
	4.9. Легкоатлетические упражнения в системе комплекса ГТО. Особенности подготовки к выполнению нормативов			2	2		

Итого часов:			8	60	67	9	Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

5.1. В ходе прохождения курса «методика преподавания легкой атлетики» используются следующие средства оценки успешности его освоения:

- разработка конспекта предварительной части занятия по легкой атлетике, посвященному обучению конкретному виду легкой атлетики (по выбору);
- выполнение практических заданий по освоению методики обучения техники различных видов легкой атлетики;
- выполнение практических заданий по применению средств легкой атлетики для воспитания различных физических качеств, а также тестирования уровня их развития;
- Написание реферата по теме: «Применение легкоатлетических упражнений для воспитания физических способностей (по выбору). Методы педагогического контроля этих способностей».

Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

- 1.Вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов.
- 2.Тестирование.

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации (экзамена) студентов

- 1.Классификация легкоатлетических упражнений.
- 2.Сущность спортивной техники. Понятие о технике легкоатлетических упражнений.
- 3.Части техники ходьбы и бега.
- 4.Классификация легкоатлетических прыжков.

5. Составные части техники прыжка.
6. Особенности приземления в горизонтальных и вертикальных прыжках.
7. Виды метаний и их классификация.
8. Дальность полета снаряда и факторы, ее определяющие.
9. Составные части техники метаний.
10. Принципы и методы обучения, особенности их применения.
11. Структура урока по легкой атлетике, его цели и задачи. Дидактические требования к уроку.
12. Основные типы уроков в зависимости от решаемых дидактических задач.
13. Характеристика частей урока, их содержание и взаимосвязь.
14. Физические упражнения как основное средство физического воспитания.
Форма и содержание упражнений. Виды упражнений.
15. Подбор упражнений подготовительной части урока и их дозировка.
16. Методы организации занимающихся на уроке физической культуры.
17. Особенности тренировочного занятия по легкой атлетике.
18. Основные требования техники безопасности при занятиях бегом, прыжками и метаниями. Подготовка мест занятий
19. Основные требования по подготовке мест занятий, оборудования и инвентаря, спортивной формы и обуви.
20. Причины травм и меры обеспечения безопасности занимающихся в легкоатлетическом манеже, на стадионе, в естественных условиях.
21. Определение спортивной ходьбы и характеристика техники.
22. Методика обучения технике спортивной ходьбы.
23. Общая характеристика техники спринтерского бега. Части дистанции.
24. Низкий старт. Варианты расстановки стартовых колодок. Положение спортсмена при выполнении команд «На старт!» и «Внимание!».
25. Основные ошибки в технике бега на короткие дистанции и методы их исправления.
26. Общая характеристика техники прыжка в длину. Части прыжка.
27. Способы прыжка в длину. Особенности движений прыгуна в полете.
28. Методика обучения технике прыжка в длину.
29. Общая характеристика техники прыжка в высоту. Части прыжка.
30. Отталкивание, как основное звено техники прыжка в высоту.
31. Способы прыжка в высоту. Особенности движений прыгуна в полете.
32. Значение приземления в прыжке в высоту. Особенности приземления в разных способах прыжка.
33. Методика обучения технике прыжка в высоту.
34. Общая характеристика техники толкания ядра. Части техники.
35. Методика обучения технике толкания ядра.

36. Основные ошибки в технике толкания ядра и методы их исправления.
37. Общая характеристика техники малого мяча. Части техники.
38. Методика обучения технике малого мяча.
39. Основные ошибки в технике метания малого мяча и методы их исправления.
40. Основные требования к спортивной базе для проведения соревнований.
41. Состав главной судейской коллегии, обязанности.
42. Подготовка мест соревнований по бегу, ходьбе, прыжкам, метаниям.
43. Особенности в подготовке женщин в легкой атлетике.
44. Чем объясняется эффективность применения ходьбы и медленного бега в улучшении деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма человека?
45. Наиболее характерные травмы у занимающихся оздоровительным бегом и меры их профилактики.
46. Составьте таблицу тренировочного пульса для людей различного возраста, занимающихся бегом с целью оздоровления.
47. Возрастная динамика морфологических, скоростных, силовых и функциональных показателей, лимитирующих спортивные результаты юных легкоатлетов.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины

Основная литература:

1. Легкая атлетика: учебник для студентов институтов физической культуры / под ред. Н. Н. Чеснокова, В.Г. Никитушкина - М.: Физическая культура, 2010. - 480 с.
2. Легкая атлетика: учеб. для ин-тов физ. культ. / под ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова; изд. 4-е, доп., перераб. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 671 с.

Дополнительная литература:

1. Лазарев И.В. Практикум по легкой атлетике: Учеб. пособие для студентов сред. пед. учеб. завед. / Лазарев И.В., Кузнецов В.С., Орлов Г.А. - М.: ACADEMIA, 1999. - 159 с.: ил.
2. Полунин А.И. Спортивно-оздоровительный бег. Рекомендации для

тренирующихся самостоятельно. М.: Советский спорт, 2004. –212с.

3. Попов В.Б. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов / Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту, Моск. регион. центр развития легкой атлетики ИИАФ. - М.: Терра-спорт: Олимпия Пресс, 2002. - 207 с.: ил.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

1. Мультимедийное сопровождение лекционного материала (Power Point):

«Классификация и характеристика легкой атлетики как вида спорта».

«Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике».

«История, состояние и перспективы развития легкой атлетики».

«Основы техники видов, методика обучения, воспитание физических качеств и контроль физической подготовленности средствами легкой атлетики».

«Организация, судейство и правила соревнований по легкой атлетике».

2. Тестовые задания к теоретическому зачету в письменной форме или (компьютерный класс кафедры).

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Методический кабинет кафедры № 303 с наличием учебно-методической литературы:

а). Учебники, учебные пособия, научная и специальная литература.

б). Специальная периодическая литература: ежемесячный журнал «Легкая атлетика», ежеквартальный журнал «Легкоатлетический вестник ИААФ»,

периодические информационные материалы.

в). Учебно-методические материалы подготовленные и выпущенные Московским региональным Центром развития легкой атлетики ИААФ

2. Мультимедийные аудитории № 210 и 211 с наличием видео материалов с Чемпионатов мира и Европы по легкой атлетике и Олимпийских Игр по теме «Техника легкоатлетических упражнений» и правил проведения соревнований.

3. Легкоатлетический манеж с подготовленными для проведения учебно-практических занятий секторами, оборудованием и инвентарем.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Методика преподавания легкой атлетики
 для обучающихся института Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1
курса, направления подготовки/ специальности Направление 49.03.02 "Физическая культура
для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)"
 (профилю) _____
очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Т и М легкой атлетики им. Н.Г.Озолина .
 Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр
 Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Написание реферата №1 на тему: «Техника легкоатлетического упражнения. Подводящие упражнения»		10
2	Разработка конспекта предварительной части занятия по легкой атлетике, посвященного обучению технике вида легкой атлетики (по выбору)		5
3	Выполнение практического задания №1 по разделу «Проведение подготовительной части занятия с применением легкоатлетических подготовительных упражнений»		5
4	Выполнение практического задания №2 по разделу «Обучение технике бега с низкого старта»		5
5	Выполнение практического задания №3 по разделу «Обучение технике прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»		5
6	Выполнение практического задания №4 по разделу «Методика обучения технике толкания ядра со скачка»		5
7	Выполнение практического задания №5 по разделу «Обучение технике спортивной ходьбы»		5
8	Выполнение практического задания №6 по разделу «Обучение технике эстафетного бега 4 x 100 м»		5

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

9	Выполнение практического задания №7 по разделу «Обучение технике метания малого мяча с разбега»		5
10	Выполнение практического задания №8 по разделу «Обучение технике прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»		5
11	Написание реферата по теме «Применение легкоатлетических упражнений для воспитания физических способностей. Методы педагогического контроля»		10
12	Выполнение практического задания №9 по разделу «Методы и средства лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений быстроты. Методы тестирования скоростных способностей»		5
13	Выполнение практического задания №10 по разделу «Методы и средства лёгкой атлетики для воспитания скоростно-силовых способностей. Методы тестирования скоростно-силовых способностей»		5
14	Выполнение практического задания №11 по разделу «Методы и средства лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений выносливости. Методы тестирования выносливости»		5
15	Посещение занятий	В течение семестра	5
	Зкзамен		15
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Написание реферата по теме: «Виды классификации легкоатлетических видов»	5
2	Написание реферата по теме: «Основы техники ходьбы и бега»	5
3	Написание реферата по теме: «История становления техники прыжка в высоту с разбега»	5
4	Написание реферата по теме: История легкоатлетических метаний	5
5	Подготовка докладов по теме разделов, пропущенных студентом	5
6	Подготовка доклада по занятию «Методика обучения технике вида легкой атлетики», пропущенному студентом	5
7	Дополнительное тестирование по теме «Демонстрация техники вида легкой атлетики»	5
8	Подготовка доклада ««Применение подводящих и подготовительных упражнений при обучении технике видов легкой атлетики», (обучение технике вида, пропущенному студентом)	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

–Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Дополнительные задания позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

Доклад на семинаре – этот вид контроля, который учит выступать с сообщениями, точно и доказательно выражать свои мысли на языке конкретной науки, анализировать факты, вести диалог, дискуссию, укрепляет интерес к науке и научным исследованиям, учит связывать научно-теоретические положения с практической деятельностью и приучает к самообразованию. Доклады на семинаре осуществляются после вступительного слова преподавателя. Затем последовательно заслушиваются доклады студентов по заранее обозначенным вопросам. После этого проводится обсуждение выступлений, дополнения со стороны других участников семинара. Все участники семинара определяют ценность прослушанной информации для практического использования, выявляют положительные и отрицательные моменты, разрешения проблем. В заключении преподавателем подводятся итоги всех выступлений.

Практические задания - в ходе выполнения практических заданий оцениваются: умение пользоваться специальной терминологией и понятиями, последовательность и точность подачи материала, методические оценки и замечания, умение организовывать группу, знание специальных и подводящих упражнений, умение показывать их технически правильно. Задание заканчивается обсуждением занимающихся и комментариями преподавателя об итогах его выполнения.

Реферат – Самостоятельная письменная аналитическая работа, выполняемая на основе преобразования документальной информации, раскрывающая суть изучаемой темы; представляет собой краткое изложение содержания книги, научной работы, результатов изучения научной проблемы важного социально-культурного, народнохозяйственного или политического значения. Реферат отражает различные точки зрения на исследуемый вопрос, в том числе точку зрения самого автора. Изложенное понимание реферата как целостного авторского текста определяет критерии его оценки: новизна текста; обоснованность выбора источника; степень раскрытия сущности вопроса; соблюдения требований к оформлению. Новизна текста: а) актуальность темы исследования; б) новизна и самостоятельность в постановке проблемы, формулирование нового аспекта известной проблемы в установлении новых связей (межпредметных, внутрипредметных, интеграционных); в) умение работать с исследованиями, критической литературой, систематизировать и структурировать материал; г) явленность авторской позиции, самостоятельность оценок и суждений; д) стилевое единство текста, единство жанровых черт. Степень раскрытия сущности вопроса: а) соответствие плана теме реферата; б) соответствие содержания теме и плану реферата; в) полнота и глубина знаний по теме; г) обоснованность способов и методов работы с материалом; е) умение обобщать, делать выводы, сопоставлять различные точки зрения по одному вопросу (проблеме).

Обоснованность выбора источников: а) оценка использованной литературы: привлечены ли наиболее известные работы по теме исследования (в т.ч. журнальные

публикации последних лет, последние статистические данные, сводки, справки и т.д.). Соблюдение требований к оформлению: а) насколько верно оформлены ссылки на используемую литературу, список литературы; б) оценка грамотности и культуры изложения (в т.ч. орфографической, пунктуационной, стилистической культуры), владение терминологией; в) соблюдение требований к объёму реферата.

Структура реферата.

1) 1 лист – титульный

2) 2 лист – содержание

- введение (в введение указывается цель, задачи, методы исследования)

- основная часть согласно содержанию

- выводы

- заключение

3) Последний лист – список использованной литературы

Оформление реферата

Поля правое – 1 см, левое – 3 см. нижнее/верхнее – 2 см.

Шрифт: 14 пт, выравнивание по ширине, отступ первой строки 1,25 см. междустрочный интервал полуторный.

Объем реферата не менее 10 стр.

К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку E по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Т и М легкой атлетики им. Н.Г.Озолина

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.Б.15.2 Методика преподавания легкой атлетики»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 "Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)"

Направленность (профиль): Лечебная физическая культура
Физическая реабилитация
(наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная

Год набора **2016** г.

Москва – **2017**г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 144 зачетных единиц.

1.Семестр освоения дисциплины (модуля): 2.

2.Цель освоения дисциплины (модуля): приобретение учащимися практических знаний и умений, необходимых для формирования профессионально-необходимых компетенций, применяемых на практике специалистами в области физической культуры, работающих в системе общеобразовательных структур.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-8	<i>способностью использовать методы и средства легкой атлетики для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	2		
ОК-10	<i>готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами легкой атлетики</i>	2		
ОПК-5	<i>умением планировать содержание занятий по легкой атлетике с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности</i>	2		
ПК-2	<i>умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья базовым легкоатлетическим действиям, позволяющим реализовывать их потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры</i>	2		

4.Краткое содержание дисциплины (модуля):
очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Легкая атлетика вид спорта. Основы техники легкоатлетических упражнений		2	10	8		Опрос, написание реферата
2	Обучение технике легкоатлетических упражнений		2	28	30		Выполнение практических заданий
3	Применение легкоатлетических упражнений для воспитания физических способностей. Методы педагогического контроля		2	20	17		Выполнение практических заданий, написание реферата
4	Проведение массовых мероприятий и соревнований по легкой атлетике		2	10	12		
Итого часов:			8	68	67	9	Экзамен

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физической культуры

Кафедра Т и М легкой атлетики им. Н.Г.Озолина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.15.2 Методика преподавания легкой атлетики»

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 "Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)"

Направленность (профиль): *Адаптивное физическое воспитание, Физическая
реабилитация*

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована

Экспертно-методическим советом

Института _____

Протокол № 57 от 29 авг. 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

Т и М легкой атлетики им. Н.Г.Озолина

Протокол № 36 от «27» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

Т и М легкой атлетики им. Н.Г.Озолина

Протокол № 34 от «26» мая 2017 г.

Составитель:

**Самойлов Геннадий Васильевич, канд. пед. наук, ст.преподаватель
кафедры Т и М легкой атлетики им. Н.Г.Озолина**

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «методика преподавания лёгкой атлетики» является приобретение учащимися практических знаний и умений, необходимых для формирования профессионально-необходимых компетенций, необходимых на практике специалистам в области физической культуры, работающим в системе общеобразовательных структур. Программа реализуется на русском языке.

2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам физкультурной деятельности и спорта (легкая атлетика)» относится к профессиональному циклу базовой части ФГОС ВПО по направлению подготовки 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)" квалификации «Академический бакалавр».

Легкая атлетика входит в обязательный минимум содержания образования по физической культуре учебных программ всех ступеней, начиная от дошкольного воспитания и продолжая в средней и высшей школе. Поэтому, изучение предмета «Теория и методика обучения базовым видам физкультурной деятельности и спорта (легкая атлетика)» необходимо с целью формирования теоретических знаний, практических умений и навыков для самостоятельной педагогической и организационной работы по физической культуре в образовательных учреждениях и спортивных организациях.

Основные положения теории и методики легкой атлетики имеют тесную взаимосвязь с содержанием естественнонаучных и гуманитарных дисциплин учебного плана (анатомии, физиологии, биомеханики, истории физической культуры, психологии, педагогики, безопасности жизнедеятельности, теории физической культуры и др.).

Курс общим объемом 144 часа, из них 8 лекционных, 6 практических

часов, 121 час самостоятельной работы, 9 часов на экзамен, изучается в течение второго семестра.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
ОК-8	<i>Знать:</i> особенности применения легкоатлетических упражнений, связанные с задачами обучения и подготовки			2
	<i>Уметь:</i> методически правильно выполнять подводящие легкоатлетические упражнения и упражнения специально-подготовительного характера			2
	<i>Владеть:</i> способностью использовать средства и методы легкой атлетики для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			2
ОК-10	<i>Знать:</i> средства и методы, применяемые в легкой атлетике для воспитания физических качеств, тренировочные методы, используемые в легкой атлетике, а также средства легкой атлетики, используемые для педагогического контроля физического состояния			2
	<i>Уметь:</i> методически правильно проводить занятия с применением легкоатлетических упражнений, использовать легкоатлетические средства, проводить контроль физической подготовленности с применением педагогических средств легкой атлетики			2
	<i>Владеть:</i> средствами и методами, используемыми в легкой атлетике для достижения уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			2
ОПК-5	<i>Знать:</i> виды классификацию легкоатлетических упражнений, основы техники видов легкой атлетики и подводящих упражнений, методику применения легкоатлетических упражнений при групповых и самостоятельных занятиях			2

	<i>Уметь:</i> индивидуально подбирать и планировать нагрузку средства легкой атлетики при самостоятельных и групповых занятиях с лицами с особенностями развития и здоровья			2
	<i>Владеть:</i> умением планировать содержание занятий и других форм использования легкоатлетических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей.			2
ПК-2	<i>Знать:</i> основы техники легкоатлетических упражнений, методику обучения и применения подводящих упражнений			2
	<i>Уметь:</i> обучать технике отдельных видов легкой атлетики с применением подводящих и подготовительных упражнений			2
	<i>Владеть:</i> умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры			2

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **9** зачетных единиц, **144** академических часов.

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
	Раздел 1. Легкая атлетика вид спорта. Классификация видов. Организация и проведение соревнований	2	2		15		
	1.1. Возникновение легкой атлетики как вида спорта. История легкой атлетики России				3		
	1.2. Классификация легкоатлетических упражнений				4		
	1.3 Проведение соревнований				4		

	по легкой атлетике						
	1.4. Организация и проведение массовых легкоатлетических мероприятий				4		
Раздел 2. Техника легкоатлетических упражнений		2	2		36		
	2.1. Основы техники легкоатлетических видов				4		
	2.2. Техника бега на короткие дистанции и подводящие упражнения				4		
	2.3. Техника прыжка в длину с разбега и подводящие упражнения				4		
	2.4. Техника бросковых упражнений с ядром				4		
	2.5. Техника спортивной ходьбы и подводящие упражнения				4		
	2.6. Техника эстафетного бега и подводящие упражнения				4		
	2.7. Техника метания малого мяча и подводящие упражнения				4		
	2.8. Техника прыжка в высоту способом «перешагивание» и подводящие упражнения				4		
	2.9. Техника бега на средние и длинные дистанции				4		
Раздел 3. Методика обучения технике выполнения легкоатлетических упражнений		2	2	6	34		
	3.1. Проведение подготовительной части занятия с применением легкоатлетических подготовительных упражнений			1	2		
	3.2. Методика обучения бегу на короткие дистанции			1	4		
	3.3. Методика обучения прыжку в длину с разбега «согнув ноги»				4		
	3.4. Методика обучения технике толкания ядра со скачка				4		
	3.5. Методика обучения технике спортивной ходьбы			1	4		
	3.6. Методика обучения технике эстафетного бега 4 x 100 м			1	4		
	3.7. Методика обучения технике метания малого мяча с разбега			1	4		
	3.8. Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивание»			1	4		

	3.9. Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции				4		
Раздел 4. Применение легкоатлетических упражнений для воспитания физических способностей. Методы педагогического контроля		2	2		36		
	4.1. Основы техники безопасности на занятиях по легкой атлетике				4		
	4.2. Физические качества, лимитирующие результаты в различных видах легкой атлетики				4		
	4.3. Методы и средства лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений быстроты. Методы тестирования скоростных способностей				4		
	4.4. Методы и средства лёгкой атлетики для воспитания скоростно-силовых способностей. Методы тестирования скоростно-силовых способностей				4		
	4.5. Методы и средства лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений выносливости. Методы тестирования выносливости				4		
	4.6. Основные принципы построения легкоатлетических занятий для различных слоев населения				4		
	4.7. Учет возрастных особенностей на занятиях по легкой атлетике				4		
	4.8. Планирование нагрузок тренировочной и оздоровительной направленности при занятиях легкой атлетикой				4		
	4.9. Легкоатлетические упражнения в системе комплекса ГТО. Особенности подготовки к выполнению нормативов				4		
Итого часов:		8	6		121	9	Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложение к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации (экзамена) студентов

- 1.Классификация легкоатлетических упражнений.
- 2.Сущность спортивной техники. Понятие о технике легкоатлетических упражнений.
- 3.Части техники ходьбы и бега.
- 4.Классификация легкоатлетических прыжков.
- 5.Составные части техники прыжка.
- 6.Особенности приземления в горизонтальных и вертикальных прыжках.
- 7.Виды метаний и их классификация.
- 8.Дальность полета снаряда и факторы, ее определяющие.
- 9.Составные части техники метаний.
- 10.Принципы и методы обучения, особенности их применения.
- 11.Структура урока по легкой атлетике, его цели и задачи. Дидактические требования к уроку.
- 12.Основные типы уроков в зависимости от решаемых дидактических задач.
- 13.Характеристика частей урока, их содержание и взаимосвязь.
- 14.Физические упражнения как основное средство физического воспитания.
Форма и содержание упражнений. Виды упражнений.
- 15.Подбор упражнений подготовительной части урока и их дозировка.
- 16.Методы организации занимающихся на уроке физической культуры.
- 17.Особенности тренировочного занятия по легкой атлетике.
- 18.Основные требования техники безопасности при занятиях бегом, прыжками и метаниями. Подготовка мест занятий
- 19.Основные требования по подготовке мест занятий, оборудования и инвентаря, спортивной формы и обуви.
- 20.Причины травм и меры обеспечения безопасности занимающихся в

легкоатлетическом манеже, на стадионе, в естественных условиях.

- 21.Определение спортивной ходьбы и характеристика техники.
- 22.Методика обучения технике спортивной ходьбы.
- 23.Общая характеристика техники спринтерского бега. Части дистанции.
- 24.Низкий старт. Варианты расстановки стартовых колодок. Положение спортсмена при выполнении команд «На старт!» и «Внимание!».
- 25.Основные ошибки в технике бега на короткие дистанции и методы их исправления.
- 26.Общая характеристика техники прыжка в длину. Части прыжка.
 - Способы прыжка в длину. Особенности движений прыгуна в полете.
 - Методика обучения технике прыжка в длину.
 - Общая характеристика техники прыжка в высоту. Части прыжка.
 - Отталкивание, как основное звено техники прыжка в высоту.
 - Способы прыжка в высоту. Особенности движений прыгуна в полете.
 - Значение приземления в прыжке в высоту. Особенности приземления в разных способах прыжка.
 - Методика обучения технике прыжка в высоту.
 - Общая характеристика техники толкания ядра. Части техники.
 - Методика обучения технике толкания ядра.
 - Основные ошибки в технике толкания ядра и методы их исправления.
 - Общая характеристика техники малого мяча. Части техники.
 - Методика обучения технике малого мяча.
 - Основные ошибки в технике метания малого мяча и методы их исправления.
 - Основные требования к спортивной базе для проведения соревнований.
 - Состав главной судейской коллегии, обязанности.
 - Подготовка мест соревнований по бегу, ходьбе, прыжкам, метаниям.
 - Особенности в подготовке женщин в легкой атлетике.
 - Чем объясняется эффективность применения ходьбы и медленного бега в улучшении деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма человека?
 - Наиболее характерные травмы у занимающихся оздоровительным бегом и меры их профилактики.
 - Составьте таблицу тренировочного пульса для людей различного возраста, занимающихся бегом с целью оздоровления.
 - Возрастная динамика морфологических, скоростных, силовых и функциональных показателей, лимитирующих спортивные результаты юных легкоатлетов.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).

Основная литература:

1. Легкая атлетика: учебник для студентов институтов физической культуры / под ред. Н. Н. Чеснокова, В.Г. Никитушкина - М.: Физическая культура, 2010. - 480 с.
2. Легкая атлетика: учеб. для ин-тов физ. культ. / под ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова; изд. 4-е, доп., перераб. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 671 с.

Дополнительная литература:

1. Лазарев И.В. Практикум по легкой атлетике: Учеб. пособие для студентов сред. пед. учеб. завед. / Лазарев И.В., Кузнецов В.С., Орлов Г.А. - М.: ACADEMIA, 1999. - 159 с.: ил.
2. Полунин А.И. Спортивно-оздоровительный бег. Рекомендации для тренирующихся самостоятельно. М.: Советский спорт, 2004. –212с.
3. Попов В.Б. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов / Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту, Моск. регион. центр развития легкой атлетики ИИАФ. - М.: Терра-спорт: Олимпия Пресс, 2002. - 207 с.: ил.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

1. Мультимедийное сопровождение лекционного материала (Power Point):

«Классификация и характеристика легкой атлетики как вида спорта».

«Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике».

«История, состояние и перспективы развития легкой атлетики».

«Основы техники видов, методика обучения, воспитание физических качеств и контроль физической подготовленности средствами легкой атлетики».

«Организация, судейство и правила соревнований по легкой атлетике».

2. Тестовые задания к теоретическому зачету в письменной форме или (компьютерный класс кафедры).

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Методический кабинет кафедры № 303 с наличием учебно-методической литературы:

- а). Учебники, учебные пособия, научная и специальная литература.
- б). Специальная периодическая литература: ежемесячный журнал «Легкая атлетика», ежеквартальный журнал «Легкоатлетический вестник ИААФ», периодические информационные материалы.
- в). Учебно-методические материалы подготовленные и выпущенные Московским региональным Центром развития легкой атлетики ИААФ

2. Мультимедийные аудитории № 210 и 211 с наличием видео материалов с Чемпионатов мира и Европы по легкой атлетике и Олимпийских Игр по теме «Техника легкоатлетических упражнений» и правил проведения соревнований.

3. Легкоатлетический манеж с подготовленными для проведения учебно-практических занятий секторами, оборудованием и инвентарем.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Методика преподавания легкой атлетики
для обучающихся института Институт туризма, рекреации, реабилитации и
фитнеса 1 курса,
направления подготовки/ специальности 49.03.02 "Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)"
Профиль Адаптивное физическое воспитание, Физическая реабилитация
заочная форма обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Т и М легкой атлетики и.м. Н.Г.Озолина .

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Написание конспекта предварительной части занятия по легкой атлетике, посвященного обучению технике вида легкой атлетики (по выбору)	10
2	Выполнение практического задания №1 по разделу «Обучение технике бега с низкого старта»	5
3	Выполнение практического задания №3 по разделу «Обучение технике спортивной ходьбы»	5
4	Выполнение практического задания №5 по разделу «Обучение технике прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»	5
5	Выполнение практического задания №7 по разделу «Обучение технике метания малого мяча с разбега»	5
6	Выполнение практического задания №8 по разделу «Обучение технике эстафетного бега 4 x 100 м»	5
7	Написание реферата по теме «Применение легкоатлетических упражнений для воспитания физических способностей. Методы педагогического контроля»	15
8	Выполнение практического задания №9 по разделу «Методы и средства лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений быстроты. Методы тестирования скоростных способностей»	5
9	Выполнение практического задания №10 по разделу «Методы и средства лёгкой атлетики для воспитания скоростно-силовых способностей. Методы тестирования скоростно-	5

	<i>силовых способностей»</i>	
10	<i>Выполнение практического задания №11 по разделу «Методы и средства лёгкой атлетики для воспитания различных проявлений выносливости. Методы тестирования выносливости»</i>	5
11	<i>Посещение занятий</i>	15
	Зкзамен	20
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Написание реферата по теме «Принципы, лежащие в основе классификации легкоатлетических видов»</i>	10
2	<i>Написание реферата по теме «Основы техники легкоатлетических видов»</i>	10
3	<i>Написание реферата «Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой»</i>	10
4	<i>Подготовка доклада «Педагогические средства оценки скоростных способностей в легкой атлетике»</i>	5
5	<i>Подготовка доклада по занятию «Педагогические средства оценки скоростно-силовых способностей в легкой атлетике»</i>	5
6	<i>Подготовка доклада по занятию «Методика обучения технике вида легкой атлетики» (по выбору)</i>	5
7	<i>Подготовка доклада «Применение подводящих и подготовительных упражнений при обучении технике вида легкой атлетики» (по выбору)</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Дополнительные задания позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

Доклад на семинаре – этот вид контроля, который учит выступать с сообщениями, точно и доказательно выражать свои мысли на языке конкретной науки, анализировать факты, вести диалог, дискуссию, укрепляет интерес к

науке и научным исследованиям, учит связывать научно-теоретические положения с практической деятельностью и приучает к самообразованию. Доклады на семинаре осуществляются после вступительного слова преподавателя. Затем последовательно заслушиваются доклады студентов по заранее обозначенным вопросам. После этого проводится обсуждение выступлений, дополнения со стороны других участников семинара. Все участники семинара определяют ценность прослушанной информации для практического использования, выявляют положительные и отрицательные моменты, разрешения проблем. В заключении преподавателем подводятся итоги всех выступлений.

Практические задания - в ходе выполнения практических заданий оцениваются: умение пользоваться специальной терминологией и понятиями, последовательность и точность подачи материала, методические оценки и замечания, умение организовывать группу, знание специальных и подводящих упражнений, умение показывать их технически правильно. Задание заканчивается обсуждением занимающихся и комментариями преподавателя об итогах его выполнения.

Реферат – Самостоятельная письменная аналитическая работа, выполняемая на основе преобразования документальной информации, раскрывающая суть изучаемой темы; представляет собой краткое изложение содержания книги, научной работы, результатов изучения научной проблемы важного социально-культурного, народнохозяйственного или политического значения. Реферат отражает различные точки зрения на исследуемый вопрос, в том числе точку зрения самого автора. Изложенное понимание реферата как целостного авторского текста определяет критерии его оценки: новизна текста; обоснованность выбора источника; степень раскрытия сущности вопроса; соблюдения требований к оформлению. Новизна текста: а) актуальность темы исследования; б) новизна и самостоятельность в постановке проблемы, формулирование нового аспекта известной проблемы в установлении новых связей (межпредметных, внутрипредметных, интеграционных); в) умение работать с исследованиями, критической литературой, систематизировать и структурировать материал; г) явленность авторской позиции, самостоятельность оценок и суждений; д) стилевое единство текста, единство жанровых черт. Степень раскрытия сущности вопроса: а) соответствие плана теме реферата; б) соответствие содержания теме и плану реферата; в) полнота и глубина знаний по теме; г) обоснованность способов и методов работы с материалом; е) умение обобщать, делать выводы, сопоставлять различные точки зрения по одному вопросу (проблеме).

Обоснованность выбора источников: а) оценка использованной литературы: привлечены ли наиболее известные работы по теме исследования (в т.ч. журнальные публикации последних лет, последние статистические данные, сводки, справки и т.д.). Соблюдение требований к оформлению: а) насколько верно оформлены ссылки на используемую литературу, список литературы; б) оценка грамотности и культуры изложения (в т.ч. орфографической, пунктуационной, стилистической культуры), владение терминологией; в) соблюдение требований к объёму реферата.

Структура реферата.

1) 1 лист – титульный

2) 2 лист – содержание

- введение (в введение указывается цель, задачи, методы исследования)

- основная часть согласно содержанию

- выводы

- заключение

3) Последний лист – список использованной литературы

Оформление реферата

Поля правое – 1 см, левое – 3 см. нижнее/верхнее – 2 см.

Шрифт: 14 пт, выравнивание по ширине, отступ первой строки 1,25 см. междустрочный интервал полуторный.

Объем реферата не менее 10 стр.

К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку Е по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физической культуры

Кафедра Т и М легкой атлетики им. Н.Г.Озолина

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.Б.15.2 Методика преподавания легкой атлетики»

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 "Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)"

Направленность (профиль): *Адаптивное физическое воспитание, Физическая
реабилитация*

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: заочная

Год набора **2016** г.

Москва – **2017**г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 144 зачетных единиц.

1.Семестр освоения дисциплины (модуля): 2.

2.Цель освоения дисциплины (модуля): приобретение учащимися практических знаний и умений, необходимых для формирования профессионально-необходимых компетенций, применяемых на практике специалистами в области физической культуры, работающих в системе общеобразовательных структур.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

ОК-8 Владеть способностью использовать средства и методы легкой атлетики для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ОК-10 Владеть средствами и методами, используемыми в легкой атлетике, для достижения должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ОПК-5 Уметь планировать содержание занятий и других форм использования легкоатлетических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей.

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

4.Краткое содержание дисциплины (модуля):
заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Легкая атлетика вид спорта. Классификация видов. Организация и проведение соревнований	2	2		15		
2	Техника легкоатлетических упражнений	2	2		36		
3	Методика обучения технике легкоатлетических упражнений	2	2	6	34		
4	Применение легкоатлетических упражнений для воспитания физических способностей. Методы педагогического контроля	2	2		36		
Итого часов:			8	6	121	9	Экзамен

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра теории и методики спортивного и синхронного плавания,
аквааэробики, прыжков в воду и водного поло**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.15.3 Методика преподавания плавания»

Направление подготовки: 49.03.02 «Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья»

Направленность (профили): «Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная,
заочная ускоренная (на базе ВПО)*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «21» апреля 2016г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики спортивного и синхронного плавания,
аквааэробики, прыжков в воду и водного поло
Протокол № 34 от «17» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики спортивного и синхронного плавания,
аквааэробики, прыжков в воду и водного поло
Протокол № ____ от «__» _____ 2018 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Павлова Т.Н., к.п.н., доцент, профессор кафедры теории и методики
спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Б1.Б.15.3 Методика преподавания плавания»: подготовка квалифицированных специалистов в области адаптивной физической культуры, в частности, грамотное проведение процесса обучения плаванию.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Программа дисциплины «Б1.Б.15.3 Методика преподавания плавания» цикла составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования (ВО) с учетом рекомендаций примерной основной образовательной программы (ПрООП), на основе учебного плана по направлениям подготовки ФГОС ВО третьего поколения по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

При разработке программы были использованы следующие нормативные документы:

- ФГОС ВО и учебный план по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Дисциплина «Б1.Б.15.3 Методика преподавания плавания», являясь важнейшим компонентом физической культуры и культуры личности, тесно взаимосвязана с дисциплинами гуманитарного и естественно-научного цикла, ориентирована на познание части культуры, являющейся специфическим фактором совершенствования естественных (природных) качеств и способностей человека, оптимизации физического развития и восстановления здоровья в целом.

В ходе освоения данной дисциплины студент приобретает знания о теоретических основах плавания как средства поддержания работоспособности и рекреации; методике проведения занятий плаванию с учетом возрастных и

индивидуальных особенностей занимающихся; составлении конспекта занятий по плаванию. В процессе обучения студент приобретает навыки проведения занятий по обучению плаванию и личный опыт выполнения упражнений.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	заочная ускоренная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-8	<i>Знать:</i> основные методы физического воспитания и укрепления здоровья	3	3	5
	<i>Уметь:</i> регулярно следовать им в повседневной жизни, заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих	3	3	5
	<i>Владеть:</i> навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности.	3	3	5
ОК-10	<i>Знать:</i> -основные методы физического воспитания и укрепления здоровья. -принципы здорового образа жизни и профилактики заболеваний	3	3	5
	<i>Уметь:</i> - поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения социальной и профессиональной деятельности; - регулярно следовать в повседневности здоровому образу жизни, заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих.	3	3	5
	<i>Владеть:</i> - навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности и здорового образа жизни.	3	3	5
ОПК-5	<i>Знать:</i> - виды и формы планирования педагогического процесса с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - санитарно-гигиенические основы образовательной деятельности	3	3	5
	<i>Уметь:</i> - осуществлять планирование и контроль в процессе построения различных форм учебно-тренировочного процесса с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний	3	3	5

	занимающихся. - обеспечивать построение различных форм использования физических упражнений с учетом санитарно-гигиенических норм и требований			
	<i>Владеть:</i> - технологиями планирования педагогического процесса с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся	3	3	5
ПК-2	<i>Знать:</i> современные средства, методы и принципы отечественной и зарубежной адаптивной физической культуры; потребности физиологические особенности формирования двигательных действий	3	3	5
	<i>Уметь:</i> анализировать психомоторный, физический и личностный уровень развития; определять задачи, методы и методические приёмы обучения двигательному действию; определять уровень нагрузки в соответствии с подготовленностью занимающихся	3	3	5
	<i>Владеть:</i> навыками применения средств, методов и методических приёмов в зависимости от вида адаптивной физической культуры; навыками дозирования нагрузки в зависимости от этапа обучения двигательному действию	3	3	5

4. Структура и содержание дисциплины «Б1.Б.15.3 Методика преподавания плавания»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетные единицы**, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся, в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение в дисциплину. Техника безопасности при организации и проведении занятий в бассейне	3	2		2		
2	Техника спортивных способов плавания	3	2	14	18		
2.1	Кроль на груди		1	4	4		
2.2	Кроль на спине			2	4		
2.3	Брасс		1	2	6		

2.4	Баттерфляй (дельфин)			2	2		
2.5	Простые повороты			1	1		
2.6	Стартовый прыжок			1	1		
3	Методика обучения технике спортивных способов плавания	3	2	16	16		
3.1	Начальное обучение плаванию			4	6		
3.2	Обучение спортивным способам плавания		2	8	10		
Итого часов:			6	30	36		Зачет

Заочная форма (5 семестр), заочная ускоренная форма обучения (3 семестр)

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся, в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение в дисциплину. Техника безопасности при организации и проведении занятий в бассейне	3,5			4		
2	Техника спортивных способов плавания	3,5	2	8	28		
2.1	Кроль на груди			2	6		
2.2	Кроль на спине			2	4		
2.3	Брасс			2	8		
2.4	Баттерфляй (дельфин)				4		
2.5	Простые повороты				4		
2.6	Стартовый прыжок				2		
3	Методика обучения технике спортивных способов плавания	3,5			30		
3.1	Начальное обучение плаванию				10		
3.2	Обучение спортивным способам плавания				20		
Итого часов:			2	8	62		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Зачет состоит из 2-х частей: практической и теоретической.

Практическая часть:

1. Техника спортивных способов плавания: кроль на груди; кроль на спине; брасс.
2. Методика обучения плаванию: написание конспектов урока по начальному обучению и по обучению спортивному способу плавания и проведение части урока по начальному обучению и обучению спортивному способу плавания.
3. Посещение занятий.

Теоретическая часть: оценка знаний студентов по основным темам учебной программы.

Примерный перечень вопросов к зачету:

1. Техника движений ногами в способе кроль на груди.
2. Методика обучения движениям руками и дыханию в способе кроль на спине.
3. Техника движений ногами в способе кроль на спине.
4. Методика обучения движениям руками и дыханию в способе кроль на груди.
5. Оздоровительное значение плавания.
6. Техника движений ногами в способе брасс на груди.
7. Методика обучения движениям руками и дыханию в способе брасс на груди.
8. Основные принципы обучения в плавании.
9. Техника движений ногами в способе баттерфляй (дельфин).
10. Методика обучения движениям руками и дыханию в способе брасс на спине.
11. Техника движений ногами в способе брасс на спине.
12. Методика обучения движениям руками и дыханию в способе баттерфляй (дельфин).

13. Техника движений руками и дыхания в способе кроль на груди.
14. Методика обучения движениям ногами в способе кроль на спине.
15. Особенности обучения плаванию инвалидов по слуху.
16. Плавание в системе реабилитации и адаптации лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
17. Техника движений руками и дыхания в способе кроль на спине.
18. Методика обучения движениям ногами в способе кроль на груди.
19. Техника движений руками и дыхания в способе брасс на груди.
20. Методика обучения движениям ногами в способе брасс на груди.
21. Техника безопасности и организация занятий в бассейнах и на открытых водоемах.
22. Техника движений руками и дыхания в способе баттерфляй (дельфин).
23. Урок как основная форма организации занятий по обучению плаванию.
24. Методика обучения движениям ногами в способе баттерфляй (дельфин).
25. Техника согласования движений ногами, руками и дыхания в способе кроль на груди.
26. Техника согласования движений ногами, руками и дыхания в способе кроль на спине.
27. Плавание в системе адаптации лиц с ограниченными возможностями.
28. Методика обучения открытым поворотам.
29. Техника согласования движений ногами, руками и дыхания в способе брасс на груди.
30. Методика обучения закрытым поворотам.
31. Техника согласования движений ногами, руками и дыхания в способе баттерфляй (дельфин).
32. Техника выполнения открытых поворотов.
33. Техника выполнения закрытых поворотов.
34. Особенности материально-технического обеспечения и оборудования бассейнов для лиц с ограниченными возможностями.
35. Методика обучения упражнениям по освоению с водой.

36. Комплекс упражнений по совершенствованию техники кроля на груди.
37. Техника выполнения стартового прыжка.
38. Комплекс упражнений по совершенствованию техники кроля на спине.
39. Техника выполнения старта из воды.
40. Комплекс упражнений по совершенствованию техники брасса на груди.
41. Методика обучения согласованию движениям ногами, руками и дыхания в способе кроль на груди.
42. Методика обучения согласованию движений ногами, руками и дыхания в способе кроль на спине.
43. Методика обучения согласованию движений ногами, руками и дыхания в способе брасс на груди.
44. Применение игр для освоения занимающихся с водной средой.
45. Особенности обучения плаванию инвалидов по зрению.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля) «Б1.Б.15.3 Методика преподавания плавания» .

а) Основная литература:

1. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание : учеб. пособие для студентов, обучающихся по специальности 022500 - Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, 022300 - Физ. культура и спорт, 022400 - Рекреация и спортив.-оздоров. туризм / [Н.Ж. Булгакова [и др.]]. - 2-е изд., стер. - М.: ACADEMIA, 2008. - 429 с.: ил.
1. Плавание : учеб. для студентов вузов, осуществляющих образоват. деятельность по специальности 022300 - "Физ. культура и спорт" : Рек. Гос. ком. РФ по физ. культуре, спорту и туризму / под ред. Н.Ж. Булгаковой. - М.: ФиС, 2001. - 398 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

- 1.Кремлева М.Н. Плавание и методика преподавания : учеб. пособие дисциплины "Теория и методика базовых видов физкультур.-оздоров. деятельности" федер. компонента цикла СД ГОС : для студентов заоч. фак. специальности 032102 - Физ. культура и спорт подгот. каф. теории и методики спортив. и синхрон. плавания, аквааэробики, прыжков в воду и вод. поло : рек. Эксперт.-метод. советом РГУФКСиТ / М.Н. Кремлева, С.Н. Морозов ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2008. - 138 с.: табл.
- 2.Морозова Т.С. Плавание в физической реабилитации школьников с нарушениями осанки : учеб. пособие : [рек. Эксперт.-метод. советом РГУФКСиТ] / Т.С. Морозова, С.Н. Морозов ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [физ. культура], 2008. - 52 с.: ил.
- 3.Павлова Т.Н. Техника спортивных способов плавания: Лекции для студентов РГУФК : [рек. эксперт.-метод. Советом РГУФК] / [Т.Н. Павлова, С.М. Никитина] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2007. - 16 с.
- 4.Видеофильм «Техника спортивного плавания». М.: Снег и Ко, 2001.
- 5.Мультимедийный комплекс по основным разделам дисциплины «Плавание (базовые и новые физкультурно-оздоровительные виды)». М.: Кафедра теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло, РГУФКСМиТ, - 6 лекций, 2007.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

– <http://medicinesport.ru/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- 1.Операционная система – Microsoft Windows.

- 2.Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- 3.Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- 4.Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- 5.Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы* (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

Перечень современных профессиональных баз данных и информационных систем, в том числе международных реферативных баз данных научных изданий, используемых в РГУФКСМиТ на законных основаниях:

Отечественные базы данных:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

Зарубежные базы данных:

1. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest www.proquest.com

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Зал «сухого плавания».

4. Плавательные бассейны длиной 25м и 50м.
5. Инвентарь: плавательные доски, круги, шесты, секундомер.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Б1.Б.15.3 Методика преподавания плавания» для обучающихся института туризма, реабилитации и рекреации, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», профилям «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация», очной и заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

Сроки изучения дисциплины: 3 семестр (очная форма обучения), 5 семестр (заочная форма обучения), 3 семестр (заочная ускоренная форма)

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение контрольного норматива (кроль на груди)	в течение семестра	10
2	Выполнение контрольного норматива (кроль на спине)		10
3	Выполнение контрольного норматива (брасс)		10
4	Выполнение контрольного норматива (дельфин)		10
5	Написание конспекта по теме «Начальное обучение плаванию»		10
6	Написание конспекта по теме «Обучение спортивным способам плавания»		10
7	Проведение части урока по теме «Начальное обучение плаванию»		10
8	Проведение части урока по теме «Обучение спортивному способу плавания»		10
9	Посещение занятий		10
	<i>Зачёт</i>		10
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
6	Сообщение по теме «Техника спортивных способов плавания»	5
7	Опрос по теме «Методика обучения плаванию»	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

**Кафедра теории и методики спортивного и синхронного плавания,
аквааэробики, прыжков в воду и водного поло**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

«Б1.Б.15.3 Методика преподавания плавания»

Направление подготовки: 49.03.02 «Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья»

Направленность (профили): «Адаптивное физическое воспитание»,
«Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная,
заочная ускоренная (на базе ВПО)*

Год набора 2016г.

Москва – 2017г.

1.Общая трудоемкость дисциплины «Б1.Б.15.3 Методика преподавания плавания» составляет 2 зачетные единицы.

2.Семестр освоения дисциплины «Б1.Б.15.3 Методика преподавания плавания»: 3 (очная форма обучения), 5 семестр (заочная форма обучения), 3 семестр (заочная ускоренная форма).

3.Цель освоения дисциплины «Б1.Б.15.3 Методика преподавания плавания»: подготовка квалифицированных специалистов в области адаптивной физической культуры, в частности, грамотное проведение процесса обучения плаванию.

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	заочная ускоренная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-8	<i>Знать:</i> основные методы физического воспитания и укрепления здоровья	3	3	5
	<i>Уметь:</i> регулярно следовать им в повседневной жизни, заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих	3	3	5
	<i>Владеть:</i> навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности.	3	3	5
ОК-10	<i>Знать:</i> -основные методы физического воспитания и укрепления здоровья. -принципы здорового образа жизни и профилактики заболеваний	3	3	5
	<i>Уметь:</i> - поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения социальной и профессиональной деятельности; - регулярно следовать в повседневности здоровому образу жизни, заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих.	3	3	5
	<i>Владеть:</i> - навыками и средствами самостоятельного, методически	3	3	5

	правильного достижения должного уровня физической подготовленности и здорового образа жизни.			
ОПК-5	<i>Знать:</i> - виды и формы планирования педагогического процесса с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся; - санитарно-гигиенические основы образовательной деятельности	3	3	5
	<i>Уметь:</i> - осуществлять планирование и контроль в процессе построения различных форм учебно-тренировочного процесса с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся. - обеспечивать построение различных форм использования физических упражнений с учетом санитарно-гигиенических норм и требований	3	3	5
	<i>Владеть:</i> - технологиями планирования педагогического процесса с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся	3	3	5
ПК-2	<i>Знать:</i> современные средства, методы и принципы отечественной и зарубежной адаптивной физической культуры; потребности физиологические особенности формирования двигательных действий	3	3	5
	<i>Уметь:</i> анализировать психомоторный, физический и личностный уровень развития; определять задачи, методы и методические приёмы обучения двигательному действию; определять уровень нагрузки в соответствии с подготовленностью занимающихся	3	3	5
	<i>Владеть:</i> навыками применения средств, методов и методических приёмов в зависимости от вида адаптивной физической культуры; навыками дозирования нагрузки в зависимости от этапа обучения двигательному действию	3	3	5

2. Краткое содержание дисциплины:

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся, в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение в дисциплину. Техника безопасности при организации и проведении занятий в бассейне	3	2		2		

2	Техника спортивных способов плавания	3	2	14	18		
2.1	Кроль на груди		1	4	4		
2.2	Кроль на спине			2	4		
2.3	Брасс		1	2	6		
2.4	Баттерфляй (дельфин)			2	2		
2.5	Простые повороты			1	1		
2.6	Стартовый прыжок			1	1		
3	Методика обучения технике спортивных способов плавания	3	2	16	16		
3.1	Начальное обучение плаванию			4	6		
3.2	Обучение спортивным способам плавания		2	8	10		
Итого часов:			6	30	36		Зачет

Заочная форма обучения (5 семестр), заочная ускоренная форма обучения (3 семестр)

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся, в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение в дисциплину. Техника безопасности при организации и проведении занятий в бассейне	3,5			4		
2	Техника спортивных способов плавания	3,5	2	8	28		
2.1	Кроль на груди			2	6		
2.2	Кроль на спине			2	4		
2.3	Брасс			2	8		
2.4	Баттерфляй (дельфин)				4		
2.5	Простые повороты				4		
2.6	Стартовый прыжок				2		
3	Методика обучения технике спортивных способов плавания	3,5			30		
3.1	Начальное обучение плаванию				10		
3.2	Обучение спортивным способам плавания				20		
Итого часов:			2	8	62		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра Теории и методики волейбола
Кафедра Теории и методики баскетбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.Б.15.4 Базовые виды двигательной деятельности.
Методика преподавания спортивных игр
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**
(код и наименование)

Профили: **«Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»**

Уровень образования: **бакалавриат**
Форма обучения: **очная/заочная/заочная (ускоренная)**

Год набора **2016** г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта
и физического воспитания
Протокол № 8 от «21» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседаний кафедр
Теории и методики баскетбола
Протокол № 34 от «22» июня 2017 г.
Теории и методики волейбола
Протокол № 1 от «30» августа 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ волейбола
Протокол № ___ от «___» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ волейбола
Протокол № ___ от «___» _____ 20__ г.

Составители:

Лосева Ирина Владимировна, к.п.н., доцент кафедры ТиМ баскетбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

Белова Наталья Юрьевна – ст. преподаватель кафедры ТиМ волейбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

Рецензент:

Жийяр Марина Владимировна, доктор педагогических наук, доцент, директор института научно-педагогического образования, зав кафедрой Теории и методики гандбола

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)» является формирование готовности у студентов к овладению педагогическими и методическими знаниями, умениями и навыками применения средств спортивных игр для укрепления и сохранения здоровья, повышения двигательной активности в повседневной жизнедеятельности.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Программа дисциплины «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)» составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) и в соответствии с требованиями ООП.

Дисциплина «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)» тесно связана с большинством дисциплин ООП: анатомией, физиологией, биомеханикой, гигиеной, педагогикой, психологией, основами теории физической культуры, спортивной медициной и другими. Знания, умения и навыки, приобретенные в процессе освоения дисциплины могут быть использованы обучающимися при освоении других двигательных дисциплин.

Дисциплина «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)» состоит из двух модулей:

- Модуль «Баскетбол»;
- Модуль «Волейбол».

Дисциплина «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)» входит в цикл базовых видов двигательной активности и занимает важное место в подготовке бакалавров в области физической культуры. Программа подразумевает, что, приступая к ее освоению, студенты уже обладают базовыми знаниями, умениями и навыками в области физической культуры и спорта. В свою очередь, знания, умения и навыки, приобретенные в процессе освоения дисциплины, будут использованы обучающимися при прохождении других двигательных дисциплин.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3			
ОК-8	<i>Знать:</i> – Основные понятия теории спорта, спортивной тренировки; – медико-биологические и психологические основы тренировочной деятельности в спортивных играх.	4		3,4
	<i>Уметь:</i> – Использовать педагогические принципы и методы спортивной тренировки на занятиях по спортивным играм	4		3,4
	<i>Владеть:</i> – Основами построения педагогического процесса формирования должного уровня физической подготовленности, сохранения и укрепления здоровья; – современными технологиями тренировки в волейболе и баскетболе.	4		3,4
ОК-10	<i>Знать:</i> – основы разностороннего развития занимающихся средствами игры в волейбол и баскетбол; – принципы построения занятий по волейболу и баскетболу оздоровительной направленности; – факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе спортивной подготовки в волейболе и баскетболе; – особенности протекания восстановления при занятиях волейболом и баскетболом.	4		3,4
	<i>Уметь:</i> – подбирать восстановительные средства, используемые после тренировочных нагрузок в волейболе и баскетболе; – использовать средства предупреждения травматизма на занятиях спортивными играми.	4		3,4
	<i>Владеть:</i> – навыками формирования и проведения восстановительных мероприятий и процедур предупреждения травматизма на тренировочных занятиях.	4		3,4
ОПК-5	<i>Знать:</i> – Основы правил спортивных игр по волейболу и по баскетболу; – Основы судейской терминологии и жестикуляции при	4		3,4

	осуществлении судейства соревнований по волейболу и по баскетболу; – Основные требования к оборудованию, инвентарю и участникам соревнований по спортивным играм.			
	Уметь: – Составить положение о проведении соревнований по баскетболу и волейболу; – осуществлять судейство учебной игры в волейбол (баскетбол); – обеспечивать безопасную организацию и проведение соревнований.	4		3,4
ПК-2	Знать: – Теоретические основы организации методической работы по адаптивной физической культуре и спорту – Методики массового и индивидуального отбора в волейболе и в баскетболе; – Содержание и соотношение объемов тренировочного процесса; – Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку в адаптивных группах по волейболу и по баскетболу; – Методики диагностики физической подготовки, функциональных возможностей и усвоения полученных знаний в спортивных играх.	4		3,4
	Уметь: – Проводить методически обоснованный отбор для занятий волейболом и баскетболом; – Подбирать, готовить к занятию и использовать спортивное оборудование и инвентарь; – Показывать изучаемые упражнения и двигательные действия; – Организовывать безопасное пространство, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности при занятиях спортивными играми.	4		3,4
	Владеть: – Методами повышения мотивации занимающихся к систематическим занятиям спортивными играми; – Методикой проведения тренировочных мероприятий и руководством состязательной деятельностью лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп; – Навыками организации тренировочных занятий по баскетболу и волейболу с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья; – Навыками обучения и совершенствования техническим элементам спортивных игр.	4		3,4

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)» составляет **4 зачетных единицы 144 академических часа**.

Очная форма обучения

Модуль «Баскетбол»: Методика преподавания спортивных игр (баскетбол) -72 академических часа, из которых 28 часов аудиторных и 44 часа самостоятельной подготовки.

Модуль «Волейбол»: Методика преподавания спортивных игр (волейбол) -72 академических часа, из которых 28 часов аудиторных и 44 часа самостоятельной подготовки.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Модуль «Баскетбол»							
1.	Общие основы баскетбола	4	2	-	10		
1.1	История возникновения и развития баскетбола в России и в мире	4	1	-	6		
1.2	Современное состояние и перспективы развития баскетбола	4	1	-	4		
2.	Содержание игровой деятельности в баскетболе	4	-	6	8		
2.1	Характеристика игры	4	-	2	4		
2.2	Техника баскетбола	4	-	2	2		
2.3	Тактика баскетбола	4	-	2	2		
3.	Формирование навыков педагогического мастерства	4	-	16	18		
3.1	Методика обучения технике баскетбола	4	-	10	12		
3.2	Методика обучения тактике баскетбола	4	-	6	6		
4.	Организация и проведение соревнований по баскетболу	4	2	2	8		

4.1	Современные правила баскетбола	4	2	-	4		
4.2	Методика организации и проведения соревнований по баскетболу	4	-	2	4		
Итого: 72 часов (2 з.е.)		4	24	44			
Модуль «Волейбол»							
5.	Общие основы волейбола	4	2	-	10		
5.1	История возникновения и развития волейбола в России и в мире	4	1	-	6		
5.2	Современное состояние и перспективы развития волейбола	4	1	-	4		
6.	Содержание игровой деятельности в волейболе	4	-	6	8		
6.1	Характеристика игры	4	-	2	4		
6.2	Техника волейбола	4	-	2	2		
6.3	Тактика волейбола	4	-	2	2		
7.	Формирование навыков педагогического мастерства	4	-	16	18		
7.1	Методика обучения технике волейбола	4	-	10	12		
7.2	Методика обучения тактике волейбола	4	-	6	6		
8.	Организация и проведение соревнований по волейболу	4	2	2	8		
8.1	Современные правила волейбола	4	2	-	4		
8.2	Методика организации и проведения соревнований по волейболу	4	-	2	4		
Итого: 72 часов (2 з.е.)		4	24	44			
Итого часов:144 часа (4 з.е.)		8	48	88			<i>дифференцированный зачет</i>

Заочная форма обучения

Модуль «Волейбол»: Методика преподавания спортивных игр (волейбол) – 74 академических часа, из которых 6 часов аудиторных и 68 часов самостоятельной подготовки.

Модуль «Баскетбол»: Методика преподавания спортивных игр (баскетбол) – 70 академических часов, из которых 6 часов аудиторных и 64 часа самостоятельной подготовки.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятель ная работа	Контроль	
Модуль «Волейбол»							
1.	Общие основы волейбола	3	-	-	8		
1.1	История возникновения и развития волейбола в России и в мире	3	-	-	4		
1.2	Современное состояние и перспективы развития волейбола	3	-	-	4		
2.	Содержание игровой деятельности в волейболе	3	-	2	18		
2.1	Характеристика игры	3	-		6		
2.2	Техника волейбола	3	-	2	6		
2.3	Тактика волейбола	3	-		6		
3.	Формирование навыков педагогического мастерства	3	-	2	28		
3.1	Методика обучения технике волейбола	3	-	2	14		
3.2	Методика обучения тактике волейбола	3	-	-	14		
4.	Организация и проведение соревнований по волейболу	3	2	-	14		
4.1	Современные правила волейбола	3	2	-	6		
4.2	Методика организации и проведения соревнований по волейболу	3	-	-	8		
Итого: 74 часа (2 з.е.)			2	4	68		дифференцированный зачет

Модуль «Баскетбол»							
5.	Общие основы баскетбола	4		-	8		
5.1	История возникновения и развития баскетбола в России и в мире	4	-	-	4		
5.2	Современное состояние и перспективы развития баскетбола	4	-	-	4		
6.	Содержание игровой деятельности в баскетболе	4	-	2	18		
6.1	Характеристика игры	4	-		6		
6.2	Техника баскетбола	4	-	2	6		
6.3	Тактика баскетбола	4	-		6		
7.	Формирование навыков педагогического мастерства	4	-	2	28		
7.1	Методика обучения технике баскетбола	4	-	2	14		
7.2	Методика обучения тактике баскетбола	4	-		14		
8.	Организация и проведение соревнований по баскетболу	4	-	2	10		
8.1	Современные правила баскетбола	4	-	2	4		
8.2	Методика организации и проведения соревнований	4	-	-	6		
Итого: 70 часа (2 з.е.)				6	64		<i>дифференцированный зачет</i>
Итого часов: 144 часа (4 з.е.)			2	10	132		

Заочная (ускоренная) форма обучения

Модуль «Баскетбол»: Методика преподавания спортивных игр (баскетбол) – 72 академических часа, из которых 6 часов аудиторных и 66 часов самостоятельной подготовки.

Модуль «Волейбол»: Методика преподавания спортивных игр (волейбол) – 72 академических часа, из которых 6 часов аудиторных и 66 часов самостоятельной подготовки.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятель ная работа	Контроль	
Модуль «Баскетбол»							
1.	Общие основы баскетбола	4		-	8		
1.1	История возникновения и развития баскетбола в России и в мире	4		-	4		
1.2	Современное состояние и перспективы развития баскетбола	4		-	4		
2.	Содержание игровой деятельности в баскетболе	4	-	2	18		
2.1	Характеристика игры	4	-		6		
2.2	Техника баскетбола	4	-	2	6		
2.3	Тактика баскетбола	4	-		6		
3.	Формирование навыков педагогического мастерства	4	-	2	28		
3.1	Методика обучения технике баскетбола	4	-	2	14		
3.2	Методика обучения тактике баскетбола	4	-		14		
4.	Организация и проведение соревнований по баскетболу	4	2		12		
4.1	Современные правила баскетбола	4	2		6		
4.2	Методика организации и проведения соревнований по баскетболу	4	-		6		
Итого: 72 часа (2 з.е.)			2	4	66		
Модуль «Волейбол»							
5.	Общие основы волейбола	4		-	8		
5.1	История возникновения и развития волейбола в России и в мире	4		-	4		

5.2	Современное состояние и перспективы развития волейбола	4		-	4		
6.	Содержание игровой деятельности в волейболе	4	-	2	18		
6.1	Характеристика игры	4	-		6		
6.2	Техника волейбола	4	-	2	6		
6.3	Тактика волейбола	4	-		6		
7.	Формирование навыков педагогического мастерства	4	-	2	28		
7.1	Методика обучения технике волейбола	4	-	2	14		
7.2	Методика обучения тактике волейбола	4	-		14		
8.	Организация и проведение соревнований по волейболу	4		2	12		
8.1	Современные правила волейбола	4		2	6		
8.2	Методика организации и проведения соревнований по волейболу	4	-		6		
Итого: 72 часа (2 з.е.)				6	66		
Итого: 144 часа (4 з.е.)		2		10	132		<i>дифференцированный зачет</i>

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)»).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)».

Вопросы для зачета по Модулю «Баскетбол»:

1. Возникновение баскетбола. Первые правила и соревнования.

2. Баскетбол на Олимпийских играх (краткий экскурс).
3. ФИБА, ФИБА-Европы и РФБ – органы управления развитием баскетбола в мире и в России.
4. Правила игры баскетбол.
5. Спортивные достижения советских и российских баскетболистов.
6. Характеристика мини-баскетбола.
7. Классификация техники игры.
8. Методика обучения технике игры.
9. Классификация тактики игры.
10. Методика обучения тактике игры.
11. Оборудование и инвентарь баскетбольного зала.
12. Понятия «техника», «классификация техники» и «прием техники».
13. Анализ, примеры записи схем тактических действий (по заданию преподавателя).
14. Методика построения занятий по баскетболу, обеспечивающая предотвращение травматизма игроков.
15. Характеристика игры. Цель команд и определение победителя.
16. Игровая площадка. Размеры и разметка.
17. Игроки команд. Количественный состав команд. Права и обязанности капитана команды.
18. Игровая форма и экипировка.
19. Игровое время, периоды и дополнительные периоды.
20. Заброшенный мяч: когда он заброшен и его цена.
21. Замена игроков.
22. Нарушения: Игрок или мяч за пределами площадки.
23. Ведение мяча, неправильное ведение мяча.
24. Нарушения: Пробежка.
25. Нарушения: 3 секунды.
26. Нарушения: Мяч, возвращенный в тыловую зону.
27. Нарушения: 8 секунд.
28. Нарушения: 24 секунды.
29. Нарушения: Помеха попаданию и помеха мячу при броске.
30. Фолы: Персональный, обоюдный, неспортивный, дисквалифицирующий, технический.
31. Пять фолов игрока, командные фолы, штрафные броски.
32. Методика ведения протокола игры в баскетбол.

Вопросы для зачета по Модулю «Волейбол»:

1. История развития баскетбола в России.
2. Система счета результата игры (правила игры).
3. Виды соревнований. Положение о соревнованиях, его значение и содержание.
4. Системы розыгрыша. Характеристика систем. Способы составления расписания игр и определение мест в розыгрыше.
5. Классификация техники игры в нападении.

- 6.Классификация техники игры в защите.
7. Общие понятия о тактике игры.
8. Классификация тактики игры в нападении.
9. Классификация тактики игры в защите.
10. Тактические действия при подаче.
11. Тактические действия при первой передаче.
12. Тактические действия при второй передаче.
13. Тактические действия при блоке.
14. Тактические действия при приеме мяча.
15. Характеристика специальных физических качеств волейболистов.
- 16.Место волейбола в системе физического воспитания.
- 17.Задачи и значение волейбола для различного контингента занимающихся.
- 18.Функции волейбола (оздоровительная, развивающая, воспитательная и т.д.).
- 19.Волейбол в Единой спортивной классификации.
- 20.Система подготовки волейболистов в стране (детей, юношей, спортсменов высших разрядов).
- 21.Проведение занятий с различным контингентом: Комплектование групп.
- 22.Особенности проведения занятий с учетом наличия мест занятий, инвентаря, оборудования и т.д.
- 23.Оснащения физкультурно-спортивной организации оборудованием, экипировкой и инвентарем;
- 24.Построение учебно-тренировочного процесса в многолетней подготовке:
- 25.Цели и задачи учебного процесса в группах начальной подготовки.
- 26.Особенности построения учебно-тренировочного процесса и методика проведения занятий.
- 27.Цели и задачи учебно-тренировочного процесса в учебно-тренировочных группах.
- 28.Возрастные особенности детей данного контингента.
- 29.Особенности построения учебно-тренировочного процесса и методика проведения занятий.
- Вопросы по правилам игры:
- 30.Характеристика игры. Цель команд и определение победителя.
- 31.Игровое поле. Размеры, линии, зоны и места на площадке.
- 32.Стойки, сетка (высота), антенны и ленты.
- 33.Игроки команд. Количественный состав команд. Права и обязанности капитана команды.
- 34.Игровая форма и экипировка.
- 35.Игровой формат. Набор очка, выигрыш партии и матча.
- 36.Начальная расстановка команды.
- 37.Позиции и позиционные ошибки.
- 38.Состояния игры: мяч в игре, мяч вне игры, мяч в площадке мяч «за».

39.Игра с мячом: удары команды, характеристика удара и ошибки при игре с мячом.

40.Мяч у сетки.

41.Подача (очередность, разрешение, выполнение, ошибки и «заслон»).

42.Блокирование и удары команды, ошибки.

43.Замены игроков и тайм-ауты.

44.Интервалы и смена площадок.

45.Игрок «либеро».

46.Поведение участников и санкции (шкала санкций).

47.Судьи (судейская бригада и судьи).

48.Жесты судей.

49.Методика ведения протокола игры.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля) «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)».

6.1. Модуль «Баскетбол»

а) Основная литература:

1. Нестеровский Д.И. Баскетбол: Теория и методика обучения: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 033100 - Физ. культура: рек. умо по специальностям пед. образования / Д.И. Нестеровский. - 4-е изд., стер. - М.: Academia, 2008. - 336 с.

2. Нестеровский Д.И. Теория и методика баскетбола: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Пед. образование": рек. УМО по образованию в обл. подгот. пед. кадров / Д.И. Нестеровский. - 6-е изд., перераб. - М.: Academia, 2014. - 349 с.

б) Дополнительная литература:

1. Анискина С.Н. Методика обучения технике и тактике баскетбола: метод. разраб. для специальности 032101 / С.Н. Анискина: Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Физ. культура], 2008. - 40 с.

2. Баскетбол. Подготовка судей: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101: рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / [под ред. С.В. Чернова]. - М.: Физ. культура, 2009. - 251 с.

3. Гатмен Б. Все о тренировке юного баскетболиста / Билл Гатмен, Том Финнеган; [пер. с англ. Т.А. Бобровой]. - М.: АСТ: Астрель, [2007]. - 303 с.

4. Инновационные технологии в спортивных играх: теория и практика. Вып. 5: (сб. лекций): учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / [авт.-сост. В.П. Черемисин]: Моск. гос. акад. физ. культуры. - Малаховка: [МГАФК], 2010. - 257 с.

5. Лепешкин В.А. Баскетбол: подвиж. и учеб. игры / В.А. Лепешкин. - М.: Сов. спорт, 2011. - 98 с.

6. Лепешкин В.А. Баскетбол: подвиж. и учеб. игры / В.А. Лепешкин. - М.: Сов. спорт, 2013. - 98 с.

7. Методические рекомендации и практические советы для судей по баскетболу: [учеб.-метод. пособие] / под ред. И.К. Латыпова. - М.: Наука, 2014. - 103 с.

8. Научные исследования в избранном виде спорта (баскетбол) [Электронный ресурс]: рабочая прогр. дисциплины: направление подгот. 49.03.01: профиль подгот.: "Физ. культура": квалификация (степень) выпускника - Акад. бакалавр: форма обучения - оч., заоч.: утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / сост.: Костикова Л.В. [и др.]: М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2015

9. Программа подготовки начинающих судей по баскетболу / [подгот.: Дмитриев Ф.Б., Григорьев М.П., Латыпов И.К.]: Рос. федерация баскетбола. - М., 2013. - 30 с.

10. Пэйе Б. Баскетбол для юниоров: 110 упражнений от простых до сложных: [пер.с англ.] / Баррел Пэйе, Патрик Пайе. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 3251 с.

11. Скворцова М.Ю. Методика проведения занятий по физической подготовке баскетболистов: [учеб. пособие] / М.Ю. Скворцова; Федер. агентство по образованию, Гос. образов. учреждение высш. проф. образования "Кузбас. гос. тех. ун-т". - Кемерово, 2007. - 112 с.

12. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 033100 - Физ. культура: доп. Умо по специальностям пед. образования / под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. - 5-е изд., стер. - М.: Academia, 2008. - 518 с.

13. Таран И.И. Координационная подготовка баскетболистов: учеб.-метод. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101: рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / И.И. Таран, Д.И. Внебрачный; М-во образования и науки РФ, Великолук. гос. акад. физ. культуры и спорта. - Великие Луки, 2007. - 107 с.

14. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол: в ред. приказа Минспорта Рос. от 23.07.2014 г. № 620 / М-во спорта РФ. - [М.]: [Сов. спорт], [2016]. - 25 с.

15. Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101: доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / Е.Р. Яхонтов: Федер. агентство по физ. культуре и спорту, С.-Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта, Высш. шк. тренеров по баскетболу. - 4-е изд., стер. - СПб.: [Олимп-СПб], 2008. - 134 с.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. www.russiabasket.ru
2. www.cskabasket.com
3. www.fiba.com
4. www.fibaeurope.com

5. www.pbleague.ru
6. www.slamdunk.ru

6.2. Модуль «Волейбол»

а) Основная литература:

1. Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под общ. ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - 4-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2009. - 359 с.: ил.
2. Волейбол для всех : учеб.-метод. пособие / под общ. ред.: Булыкиной Л.В., Фомина Е.В. - М.: ТВТ Дивизион, 2012. - 77 с.: ил.
3. Губа, В.П. Волейбол в университете : теорет. и учеб.-метод. обеспечение системы подгот. студентов в спорт. клубе : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / В.П. Губа, А.В. Родин. - М.: Сов. спорт, 2009. - 161 с.: ил.
4. Кунянский, В.А. Волейбол : Судейство в вопросах и ответах / В.А. Кунянский ; [под общ. ред. Ю.В. Питерцева]. - М.: ТВТ Дивизион, 2011. - 191 с.: табл.
5. Обучение технике игры в волейбол и ее совершенствование : метод. пособие / подгот. А.В. Беляевым ; Всерос. федерация волейбола. - М.: человек, 2009. - 55 с.: ил.
6. Фурманов А.Г. Волейбол : [учеб. пособие] / А.Г. Волейбол. - Минск: Современ. шк., 2009. - 227 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Виера Б. Волейбол: Шаги к успеху / Барбара Л. Виера, Бонни Джилл Фергюсон. - М.: АСТ: Астрель, 2004. - 161 с.: таб., фот.
2. Баскетбол, гандбол, волейбол : Организация и проведение соревнований по упрощенным правилам: [учеб. пособие] / В.Ф. Мишенькина [и др.] ; Гос. ком-т РФ по физ. культуре и спорту, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2004. - 115 с.: ил.
3. Железняк Ю.Д. Волейбол. Методическое пособие по обучению игре / Ю.Д. Железняк, В.А. Кунянский, А.В. Чачин. - М.: Терра-спорт: Олимпия Press, 2005. - 112 с.: ил.
4. Клещев Ю. Волейбол / Ю. Клещев. - М.: ФиС, 2005. - 399 с.: ил.
5. Козырева Л.В. Волейбол / Л.В. Козырева. - М.: ФКиС, 2003. - 168 с.: ил.
6. ТВТ Дивизион, 2004. - 177 с.: ил.
7. Кунянский В.А. Волейбол: практикум для судей / В.А. Кунянский. - М.: ТВТ Дивизион, 2004. - 177 с.: ил.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

- <http://www.volley.ru> официальный сайт ВФВ
<http://www.sportbox.ru> – официальный сайт спортивных телеканалов ВГТРК.
<http://www.ntvplus.ru> – официальный сайт телекомпании НТВ ПЛЮС
<http://www.eurosport.ru> – официальный сайт русскоязычного отделения телеканала «Евроспорт»
<http://www.laola1.tv> – официальный медиа-партнер ФИВБ и ЕКВ
<http://www.fivb.org> - официальный сайт ФИВБ

6.3. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- 1) Операционная система - MicrosoftWindows.
- 2) Офисный пакет приложений - MicrosoftOfficeStandard.
- 3) Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- 4) Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - AdobeAcrobat DC.
- 5) Информационно-правовое обеспечение - Гарант.

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- 1) "Университетская библиотека онлайн" ЭБС www.biblioclub.ru
- 2) Национальный цифровой ресурс "Рукопт" ЭБС www.rucont.ru
- 3) Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Методика преподавания спортивных игр».

Материально-техническое обеспечение включает в себя: организацию условий для проведения практических занятий, наличие необходимого технического и спортивного оборудования, учебно-методический материал.

7.1. Модуль «Баскетбол»

Наименование объектов и средств учебно-методического материально-технического обеспечения	Количество
Учебная аудитория	1
Компьютерный класс	1
Баскетбольный зал (42х24м.)	1
Технические средства обучения	
Компьютер	1
Мультимедийный проектор	1
Экран	1
Фотоаппарат (кинокамера)	1
Учебно-практическое оборудование	
Стенка гимнастическая	1
Набивные мячи	30 штук
Баскетбольные мячи (7 size)	По количеству студентов в группе
Баскетбольные мячи (6 size)	
Обводные стойки	
Гантели (вес: от 0,50 до 2.70 кг)	По количеству студентов в группе

Скакалки	По количеству студентов в группе
Научная аппаратура и оргтехника	
Акустическая система активная Wharfedale Titan 12 Active; Анализатор жировой массы TBF-300P; Видеокамера SONY BCR-CR42E; Видеомагнитофон и DVD рекордер; Динамометр кистевой; Интерактивная доска SmartBoard 660; Комплект информационных универсальных табло для игровых видов спорта с системой подвеса; Компьютер комплектации «Стандарт» - (9 шт.); Компьютер комплектации «ФАЙЛ-СЕРВЕР»; Ноутбук – 3 штуки; Проектор Benq PB8263; Эквалайзер Berhringer FBQ; Экран Baronet 152*203 MW.	

7.2. Модуль «Волейбол»

Наименование объектов и средств учебно-методического материально-технического обеспечения	Количество
Учебная аудитория	1
Спортивный зал № 230 с 2-мя площадками 18х9 м	1
Технические средства обучения	
Компьютер	1
Видеоплеер стандарта VHS	1
Телевизор-видеомонитор	1
DVD-плеер	1
Мультимедийный проектор	1
Экран	1
Фотоаппарат (кинокамера)	1
Экранно-звуковые пособия	
Видеозаписи Учебные видеомодули	по 1 комплекту
Учебно-практическое оборудование	
Мячи: волейбольные, набивные 1 и 2 кг, малый (теннисный)	По количеству обучающихся в группе
Макеты волейбольной площадки для занятий по тактике	2
Скамейка гимнастическая жесткая (длина – 2м; 4 м)	2-4
Гантели (вес: от 0,50 до 2.70 кг)	По количеству обучающихся в группе
Резиновые амортизаторы длинные различного сопротивления	По количеству обучающихся в группе
Скакалки	По количеству обучающихся в группе
Корзины для мячей	2

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)» для обучающихся Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 2 курса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) профилей «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедры: ТиМ баскетбола, ТиМ волейбола

Сроки изучения дисциплины (модуля): **4 семестр**

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачёт

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
Модуль «Баскетбол»			
1	Тест по технической подготовленности	32-33 неделя	5
2	Тест по правилам судейства	31 неделя	5
3	Рефераты, эссе: тактические действия и взаимодействия в защите и нападении	21-24 неделя	5
4	Составление положения о соревнованиях по баскетболу	25- 27неделя	5
5	Подготовка презентационных работ, докладов (по утвержденным темам)	28-30 неделя	5
6	Написание плана-конспекта и проведение части занятия (методика обучения технике баскетбола)	32 неделя	5
7	Посещение занятий в течение семестра	Весь период	До 10
Модуль «Волейбол»			
8	Тест по специальной физической и технической подготовленности	36-38 неделя	5
9	Тест по правилам судейства	39 неделя	5
10	Демонстрация технико-тактических приемов в двухсторонней игре	36-38 неделя	5
11	Составление положения о соревнованиях по волейболу	30-32 неделя	5

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

12	Судейство соревнований по волейболу	32-40 неделя	5
13	Написание плана-конспекта и проведение части занятия (методика обучения технике волейбола)	30-32 неделя	5
14	Посещение занятий в течение семестра	Весь период	До 10
15	Сдача дифференцированного зачета	41 неделя	10-20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Составление план - конспекта занятия	5
2	Просмотр соревнований сборных команд РГУФКСМиТ	5
3	Подготовка рефератов	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления, установленной за посещение, суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший по каждому модулю не менее 41 балла, имея возможность, сдав зачет по каждому модулю на «отлично» (в сумме набрав 20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся дифференцированным зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)» для обучающихся Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 2 курса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) профилей «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация» заочной формы обучения

II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедры: **ТиМ волейбола**

Сроки изучения дисциплины (модуля): **3 семестр**

Форма промежуточной аттестации: **дифференцированный зачёт**

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ²	Максимальное кол-во баллов
Модуль «Волейбол»			
1	Тест по специальной физической и технической подготовленности волейболистов		10
2	Тест по правилам судейства		10
3	Демонстрация технико-тактических приемов в двухсторонней игре по волейболу		10
4	Составление положения о соревнованиях по волейболу		10
5	Судейство соревнований по волейболу		10
6	Написание плана-конспекта и проведение части занятия (методика обучения технике волейбола)		10
7	Посещение занятий в течение семестра		До 20
15	Сдача дифференцированного зачета		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Составление план - конспекта занятия	5
2	Просмотр соревнований сборных команд РГУФКСМиТ	5
3	Подготовка рефератов	5

² Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления, установленной за посещение, суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший по каждому модулю не менее 41 балла, имея возможность, сдав зачет по каждому модулю на «отлично» (в сумме набрав 20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся дифференцированным зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)» для обучающихся Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 2 курса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) профилей «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация» заочной формы обучения

III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедры: **ТиМ баскетбола**

Сроки изучения дисциплины (модуля): **4 семестр**

Форма промежуточной аттестации: **дифференцированный зачёт**

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ³	Максимальное кол-во баллов
Модуль «Баскетбол»			
8	Тест технической подготовленности		10
9	Тест по правилам судейства		10
10	Рефераты, эссе: тактические действия и взаимодействия в защите и нападении		10
11	Составление положения о соревнованиях по баскетболу		10
12	Подготовка презентационных работ, докладов (по утвержденным темам)		10
13	Написание плана-конспекта и проведение части занятия (методика обучения технике баскетбола)		10
14	Посещение занятий в течение семестра		До 20
15	Сдача дифференцированного зачета		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Составление план - конспекта занятия	5
2	Просмотр соревнований сборных команд РГУФКСМиТ	5
3	Подготовка рефератов	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

³ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления, установленной за посещение, суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший по каждому модулю не менее 41 балла, имея возможность, сдав зачет по каждому модулю на «отлично» (в сумме набрав 20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся дифференцированным зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)» для обучающихся Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 2 курса, направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) профилей «Физическая реабилитация» заочной (ускоренной) формы обучения

IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедры: **ТиМ волейбола, ТиМ баскетбола**

Сроки изучения дисциплины (модуля): **4 семестр**

Форма промежуточной аттестации: **дифференцированный зачёт**

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ⁴	Максимальное кол-во баллов
Модуль «Волейбол»			
1	Тест по специальной физической и технической подготовленности волейболистов		5
2	Тест по правилам судейства		5
3	Демонстрация технико-тактических приемов в двухсторонней игре по волейболу		5
4	Составление положения о соревнованиях по волейболу		5
5	Судейство соревнований по волейболу		5
6	Написание плана-конспекта и проведение части занятия (методика обучения технике волейбола)		5
7	Посещение занятий в течение семестра		До 10
Модуль «Баскетбол»			
8	Тест по технической подготовленности		5
9	Тест по правилам судейства		5
10	Рефераты, эссе: тактические действия и взаимодействия в защите и нападении		5
11	Составление положения о соревнованиях по баскетболу		5
12	Подготовка презентационных работ, докладов (по утвержденным темам)		5
13	Написание плана-конспекта и проведение части занятия		5

⁴ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	(методика обучения технике баскетбола)		
14	Посещение занятий в течение семестра		До 10
15	Сдача дифференцированного зачета		10-20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Составление план - конспекта занятия	5
2	Просмотр соревнований сборных команд РГУФКСМиТ	5
3	Подготовка рефератов	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления, установленной за посещение, суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший по каждому модулю не менее 41 балла, имея возможность, сдав зачет по каждому модулю на «отлично» (в сумме набрав 20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся дифференцированным зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания
Кафедра Теории и методики баскетбола
Кафедра Теории и методики волейбола

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.Б.15.4 Базовые виды двигательной деятельности.
Методика преподавания спортивных игр
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**
(код и наименование)

Профили: **«Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация»**

Уровень образования: **бакалавриат**
Форма обучения: ***очная/заочная/заочная (ускоренная)***

Год набора **2016** г.

Москва – 2017 г.

Общая трудоемкость дисциплины «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)» составляет 4 зачетных единицы, 144 часов, из них Модуль «Баскетбол» составляет 72 часа, Модуль «Волейбол» 72 часа на очной / заочной формах обучения.

1. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): [4 семестр - очная форма обучения; 3,4 семестр - заочная форма обучения; 4 семестр - заочная (ускоренная) форма обучения].

Цель освоения дисциплины (модуля): Целью освоения дисциплины «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)» является формирование готовности у студентов к овладению педагогическими и методическими знаниями, умениями и навыками применения средств спортивных игр для укрепления и сохранения здоровья, повышения двигательной активности в повседневной жизнедеятельности.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «Базовые виды двигательной деятельности. Методика преподавания спортивных игр (баскетбол, волейбол)» для направления подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), профили «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация».

Выпускник должен овладеть следующими компетенциями:

ОК - 8 способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОК - 10 готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности культуры

ОПК - 5 умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей

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

3. Краткое содержание дисциплины:

Очная форма обучения

Модуль «Баскетбол»: объем часов модуля составляет 72 академических часа, из которых 28 часов аудиторных и 44 часа самостоятельной подготовки.

Модуль «Волейбол»: объем часов модуля составляет 72 академических часа, из которых 28 часов аудиторных и 44 часа самостоятельной подготовки.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Модуль «Баскетбол»							
1.	Общие основы баскетбола	4	2	-	10		
1.1	История возникновения и развития баскетбола в России и в мире	4	1	-	6		
1.2	Современное состояние и перспективы развития баскетбола	4	1	-	4		
2.	Содержание игровой деятельности в баскетболе	4	-	6	8		
2.1	Характеристика игры	4	-	2	4		
2.2	Техника баскетбола	4	-	2	2		
2.3	Тактика баскетбола	4	-	2	2		
3.	Формирование навыков педагогического мастерства	4	-	16	18		
3.1	Методика обучения технике баскетбола	4	-	10	12		
3.2	Методика обучения тактике баскетбола	4	-	6	6		
4.	Организация и проведение соревнований по баскетболу	4	2	2	8		
4.1	Современные правила баскетбола	4	2	-	4		
4.2	Методика организации и проведения соревнований по баскетболу	4	-	2	4		
Итого: 72 часов (2 з.е.)			4	24	44		
Модуль «Волейбол»							
5.	Общие основы волейбола	4	2	-	10		

5.1	История возникновения и развития волейбола в России и в мире	4	1	-	6		
5.2	Современное состояние и перспективы развития волейбола	4	1	-	4		
6.	Содержание игровой деятельности в волейболе	4	-	6	8		
6.1	Характеристика игры	4	-	2	4		
6.2	Техника волейбола	4	-	2	2		
6.3	Тактика волейбола	4	-	2	2		
7.	Формирование навыков педагогического мастерства	4	-	16	18		
7.1	Методика обучения технике волейбола	4	-	10	12		
7.2	Методика обучения тактике волейбола	4	-	6	6		
8.	Организация и проведение соревнований по волейболу	4	2	2	8		
8.1	Современные правила волейбола	4	2	-	4		
8.2	Методика организации и проведения соревнований	4	-	2	4		
Итого: 72 часов (2 з.е.)		4	24	44			
Итого часов:144 часа (4 з.е.)		8	48	88			дифференцированный зачет

Заочная форма обучения

Модуль «Волейбол»: объем часов модуля составляет 74 академических часа, из которых 6 часов аудиторных и 68 часов самостоятельной подготовки.

Модуль «Баскетбол»: объем часов модуля составляет 70 академических часа, из которых 6 часов аудиторных и 64 часа самостоятельной подготовки.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятель ная работа	Контроль	
Модуль «Волейбол»							
1.	Общие основы волейбола	3	-	-	8		
1.1	История возникновения и развития волейбола в России и в мире	3	-	-	4		
1.2	Современное состояние и перспективы развития волейбола	3	-	-	4		
2.	Содержание игровой деятельности в волейболе	3	-	2	18		
2.1	Характеристика игры	3	-		6		
2.2	Техника волейбола	3	-	2	6		
2.3	Тактика волейбола	3	-		6		
3.	Формирование навыков педагогического мастерства	3	-	2	28		
3.1	Методика обучения технике волейбола	3	-	2	14		
3.2	Методика обучения тактике волейбола	3	-	-	14		
4.	Организация и проведение соревнований по волейболу	3	2	-	14		
4.1	Современные правила волейбола	3	2	-	6		
4.2	Методика организации и проведения соревнований по волейболу	3	-	-	8		
Итого: 74 часа (2 з.е.)			2	4	68		<i>дифференцированный зачет</i>
Модуль «Баскетбол»							
5.	Общие основы баскетбола	4		-	8		
5.1	История возникновения и развития баскетбола в России и в мире	4	-	-	4		
5.2	Современное состояние и перспективы развития баскетбола	4	-	-	4		

6.	Содержание игровой деятельности в баскетболе	4	-	2	18		
6.1	Характеристика игры	4	-		6		
6.2	Техника баскетбола	4	-	2	6		
6.3	Тактика баскетбола	4	-		6		
7.	Формирование навыков педагогического мастерства	4	-	2	28		
7.1	Методика обучения технике баскетбола	4	-	2	14		
7.2	Методика обучения тактике баскетбола	4	-		14		
8.	Организация и проведение соревнований по баскетболу	4	-	2	10		
8.1	Современные правила баскетбола	4	-	2	4		
8.2	Методика организации и проведения соревнований по баскетболу	4	-	-	6		
Итого: 70 часа (2 з.е.)				6	64		<i>дифференцированный зачет</i>
Итого часов: 144 часа (4 з.е.)		2	10	132			

Заочная (ускоренная) форма обучения

Модуль «Баскетбол»: объем часов модуля составляет 72 академических часа, из которых 6 часов аудиторных и 66 часов самостоятельной подготовки.

Модуль «Волейбол»: объем часов модуля составляет 72 академических часа, из которых 6 часов аудиторных и 66 часов самостоятельной подготовки.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятель ная работа	Контроль	
Модуль «Баскетбол»							
1.	Общие основы баскетбола	4		-	8		
1.1	История возникновения и развития баскетбола в России и в мире	4		-	4		

1.2	Современное состояние и перспективы развития баскетбола	4		-	4		
2.	Содержание игровой деятельности в баскетболе	4	-	2	18		
2.1	Характеристика игры	4	-		6		
2.2	Техника баскетбола	4	-	2	6		
2.3	Тактика баскетбола	4	-		6		
3.	Формирование навыков педагогического мастерства	4	-	2	28		
3.1	Методика обучения технике баскетбола	4	-	2	14		
3.2	Методика обучения тактике баскетбола	4	-		14		
4.	Организация и проведение соревнований по баскетболу	4	2		12		
4.1	Современные правила баскетбола	4	2		6		
4.2	Методика организации и проведения соревнований по баскетболу	4	-		6		
Итого: 72 часа (2 з.е.)			2	4	66		
Модуль «Волейбол»							
5.	Общие основы волейбола	4		-	8		
5.1	История возникновения и развития волейбола в России и в мире	4		-	4		
5.2	Современное состояние и перспективы развития волейбола	4		-	4		
6.	Содержание игровой деятельности в волейболе	4	-	2	18		
6.1	Характеристика игры	4	-		6		
6.2	Техника волейбола	4	-	2	6		
6.3	Тактика волейбола	4	-		6		
7.	Формирование навыков педагогического мастерства	4	-	2	28		
7.1	Методика обучения технике волейбола	4	-	2	14		
7.2	Методика обучения	4	-		14		

	тактике волейбола						
8.	Организация и проведение соревнований по волейболу	4		2	12		
8.1	Современные правила волейбола	4		2	6		
8.2	Методика организации и проведения соревнований по волейболу	4	-		6		
Итого: 72 часа (2 з.е.)				6	66		
Итого часов:144 часа (4 з.е.)		2		10	132		<i>дифференцированный зачет</i>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.Б.15.5 «Методика преподавания лыжных гонок»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 «Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая
культура)»
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Адаптивное физическое воспитание»,
«Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «21» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
Протокол № 19 от «24» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Даниленко Оксана Алексеевна, преподаватель кафедры теории и методики
лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках
РГУФКСМиТ, Баталов Алексей Григорьевич, к.п.н., профессор кафедры
теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на
коньках РГУФКСМиТ, Раменская Тамара Ивановна, профессор, к.п.н.
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок».

Целью освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок» является:

овладение общекультурными, общепрофессиональными и профессиональными компетенциями по дальнейшему развитию лыжного спорта как одного из наиболее эффективных средств сохранения и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, обеспечения активного долголетия, физического и нравственного совершенствования различных возрастных групп населения и как популярного в России зимнего олимпийского вида спорта.

Дисциплина «Методика преподавания лыжных гонок» реализуется на русском языке.

Задачами освоения дисциплины «Методика преподавания лыжных гонок» являются:

- создание у бакалавров целостного представления о зарождении и развитии лыжного спорта;
- овладение техникой и методикой начального обучения способам передвижения на лыжах: лыжные ходы, смена ходов, способы подъемов, спусков, поворотов, торможений, прохождения неровностей;
- обеспечение готовности к организации и проведению занятий по лыжной подготовке оздоровительной направленности с учетом пола, возраста, уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся;

2. Место дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок» в структуре ООП (ОПОП).

Дисциплина «Методика преподавания лыжных гонок» относится к базовым видам двигательной деятельности обязательных дисциплин ФГОС ВО 3+ по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», по

профилю «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура».

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности на уровне требований к поступающим (абитуриентам).

Лыжные гонки являются в России наиболее популярным и массовым средством оздоровления, разностороннего развития, закаливания, активного отдыха, что обусловило логическую и содержательно-методическую взаимосвязь данной дисциплины с дисциплиной базовой части «Методика обучения и воспитания». Освоение дисциплины «Методика преподавания лыжных гонок» необходимо как предшествующее изучению анатомии, биомеханики, биохимии, физиологии, прохождению практики.

Специфика данной дисциплины предусматривает подготовку бакалавра к профессиональной деятельности преимущественно в естественных зимних природных условиях, в том числе неблагоприятных, иногда экстремальных, что необходимо учитывать при организации учебного процесса.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				

	Знать: - методику обучения способам передвижения на лыжах; - общие основы многолетней подготовки лыжника-гонщика	II		II
	Уметь: - выполнить имитационные (подводящие) упражнения, используемые лыжниками с целью успешного освоения техники лыжных ходов;	II		II
ОК-10 готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				
	Знать: - специфику организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий на лыжах в естественных природных условиях в зимний период;	II		II
	Уметь: - демонстрировать способы передвижения на лыжах;	II		II
	Владеть: - тестированием профессиональной физической и технической подготовленности в передвижении на лыжах	II		II
ОПК-5 умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей				
	Знать: - использование занятий лыжами в оздоровлении различных групп населения	II		II
	Уметь: - определять результаты соревнований в различных спортивно-оздоровительных состязаниях на лыжах	II		II
ПК-2 умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры				
	Знать: - материально-техническое обеспечение занятий на лыжах, требования к подготовке лыжного инвентаря и мест занятий;	II		II

4. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок».

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок» **72 академических часов.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Экипировка лыжника, подготовка лыж	II	-	4	12		
2	1.1. Инвентарь лыжника	II	-	1,5	4		
3	1.2. Обувь и одежда лыжника	II	-	1,5	4		
4	1.3. Подготовка лыж	II	-	1	4		
5	Раздел 2. Основы техники передвижения на лыжах	II	3	5	10		
6	2.1. Классические и коньковые лыжные ходы	II	3	1	2		
7	2.2. Техника преодоления подъемов	II	-	1	2		
8	2.3. Техника прохождения спусков и неровностей	II	-	1	2		
9	2.4. Техника торможения	II	-	1	2		
10	2.5. Повороты в движении и на месте	II	-	1	2		
11	Раздел 3. Методика овладения способами передвижения на лыжах	II	3	5	8		
12	3.1. Этапы обучения	II	1,5	0,5	1		
13	3.2. Методы и принципы обучения	II	1,5	0,5	1		
14	3.3. Подготовка мест занятий и организация обучения	II	-	0,5	1		
15	3.4. Методика начального обучения передвижения на лыжах	II	-	0,5	1		
16	3.5. Обучение лыжным ходам	II	-	1	1		

17	3.6. Обучение преодолению подъемов, спусков и неровностей	II	-	1	1		
18	3.7. Обучение способам торможений и поворотов	II	-	0,5	1		
19	3.8. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма	II	-	0,5	1		
20	Раздел 4. Организация и проведение оздоровительных мероприятий на лыжах	II	-	5	6		
21	4.1. Лыжи в России – национальное средство оздоровления населения	II	-	1	1		
22	4.2. Лыжная подготовка дошкольников	II	-	1	1		
23	4.3. Лыжная подготовка школьников	II	-	0,5	1		
24	4.4. Лыжная подготовка учащейся молодежи и военнослужащих	II	-	0,5	1		
25	4.5. Оздоровительно- спортивная деятельность лыжников старшего возраста	II	-	1	1		
26	4.6. Использование занятий лыжами в оздоровлении лиц с ограниченными возможностями	II	-	1	1		
27	Раздел 5. Организация и проведение спортивно-оздоровительных состязаний на лыжах	II	-	5	6		
28	5.1. Подготовка лыжных трасс	II	-	1	1		
29	5.2. Классификация соревнований	II	-	1	1		
30	5.3. «Календарный план» и «Положения о соревнованиях»	II		0,5	1		
31	5.4. Общие требования к судейству соревнований	II		0,5	1		
32	5.5. Жеребьевка участников и виды стартов	II	-	1	1		
33	5.6. Определение результатов в различных спортивно-оздоровительных состязаниях на лыжах	II	-	1	1		
34	Зачет						Зачет
	Итого часов:	72	6	24	42		

К видам учебной работы по данной дисциплине отнесены аудиторные лекционные, практические занятия и внеаудиторная самостоятельная работа студентов.

На лекционных занятиях закладываются основы знаний по истории развития и общей характеристике всех олимпийских видов лыжного спорта, формируется теоретический фундамент для последующего усвоения студентами учебного материала по экипировке лыжника-гонщика, технике передвижения на лыжах, методике обучения, основам многолетней тренировки, использованию лыж в оздоровлении различных групп населения, организации и проведению спортивно-оздоровительных мероприятий на лыжах.

Практические занятия, включая традиционную форму семинарских, методических, лабораторных и учебную практику, формируют профессиональные умения и навыки по выбору и подготовке инвентаря, обуви, одежды лыжника, подготовке учебных площадок, учебных и тренировочных лыжных трасс, определению качества скольжения и сцепления лыж. Предусматривается овладение техникой передвижения на лыжах, методическими приемами обучения, подбора упражнений, а также освоение основ методики тренировки. Наряду с этим студенты овладевают практическими умениями по организации и проведению спортивно-оздоровительных мероприятий, определению личных и командных результатов соревнований, а также готовятся к выполнению требований по профессиональной физической подготовке. Основные задачи практической формы занятий – углубление профессиональных знаний и овладение навыками их применения в реальной практической деятельности, формирование общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций.

Регулярный контроль за самостоятельной работой студентов осуществляют на консультациях, а также в процессе аудиторных занятий, отводя на это до 10% аудиторного времени. Их проводят преимущественно как отчеты-консультации по каждому выполненному заданию.

В связи с сезонностью лыжного спорта дисциплину, как правило, проходят концентрированно в зимние недели учебного года путем

комплексного применения и рационального сочетания в течение одного учебного дня различных аудиторных форм занятий. С учетом этой специфики распределен учебный материал по неделям семестра.

Раздел 1. Экипировка лыжника, подготовка лыж

1.1. Инвентарь лыжника

Практические занятия

Эксплуатационные характеристики лыж, типы лыжных креплений, детали лыжной палки. Представление о современном лыжном инвентаре. Правила безопасности при транспортировке лыжного инвентаря.

Овладение простейшей методикой подбора лыж по длине и жесткости с учетом веса и роста занимающихся, технологией постановки креплений на лыжи, выбором длины и правильным держанием лыжной палки.

Самостоятельная работа

Научиться обращаться с лыжным инвентарем, подбирать лыжи по жесткости с учетом веса и по длине с учетом роста занимающегося, определять оптимальную длину лыжных палок, ставить лыжное крепление. Проработать контрольно-тестовые задания по этой теме.

1.2. Обувь и одежда лыжника

Практические занятия

Особенности классических, коньковых и универсальных лыжных ботинок, выбор лыжной обуви. Требования к одежде лыжника в различных погодных условиях и с учетом продолжительности занятия/прогулки.

Самостоятельная работа

Научиться подбирать лыжные ботинки с учетом стиля передвижения, дифференцировать одежду лыжника в зависимости от изменений погодных условий и с учетом продолжительности занятия, проработать тестовые задания.

1.3. Подготовка лыж

Практические занятия

Простейшие приемы подготовки лыж. Разновидности парафинов и лыжных мазей по назначению (на скольжение, сцепление, грунтовые), структурному состоянию (твердые, порошкообразные, гранулированные, полутвердые, пастообразные, жидкие), цвету (зеленый, синий/голубой, фиолетовый, красный, желтый, серебряный). Специфика подготовки лыж с учетом стиля передвижения (классический, свободный). Способы устранения «отдачи». Приспособления для подготовки лыж. Простейшая методика тестирования качества скольжения и сцепления лыж. Требования к хранению лыж.

Самостоятельная работа

Овладеть приемами подготовки лыж, очистки скользящей поверхности, выбора и нанесения лыжных мазей и парафинов с учетом стиля передвижения, в соответствии с температурой воздуха, влажностью, состоянием снежного покрова, профиля лыжной трассы, длины дистанции. Научиться определять качество скольжения и сцепления лыж, устранять проскальзывание («отдачу»).

Выполнить контрольно-тестовые задания по подготовке лыж. Подготовиться к итоговому контрольному тестированию по материалу раздела 1.

Раздел 2. Основы техники передвижения на лыжах

2.1. Классические и коньковые лыжные ходы

Лекция

Классификация способов передвижения на лыжах: лыжные ходы, способы подъемов, стойки спусков, способы торможений, поворотов, преодоления неровностей, переходы с хода на ход. Лыжные ходы как основа техники передвижения на лыжах. Признаки их деления на классические и коньковые, одновременные и попеременные, а также с учетом количества шагов в каждом цикле. Специфика классического и свободного стилей передвижения.

Практические занятия

Структура движений в классических ходах: попеременных двух- и четырехшажных, одновременных одно- и двухшажных, бесшажном. Способы переходов с попеременного хода на одновременный и обратно. Специфика движений ног, рук и туловища в коньковых лыжных ходах: полуконьковом, одновременном двухшажном, одновременном одношажном, попеременном, коньковом ходе без отталкивания руками. Смена коньковых лыжных ходов.

Самостоятельная работа

Изучить общую характеристику и овладеть всеми классическими и коньковыми лыжными ходами, подготовиться к зачетному занятию по оценке технической подготовленности, выполнить контрольно-тестовые задания для углубленного освоения специфики движений в различных лыжных ходах.

2.2. Техника преодоления подъемов

Практические занятия

Способы подъемов в различных внешних условиях: лыжными ходами (классическим и коньковыми), «елочкой», «полуелочкой», «лесенкой». Динамика структуры движений в попеременном двухшажном классическом и коньковых ходах на подъемах разной крутизны. Двигательные действия при подъемах «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой».

Самостоятельная работа

Овладеть техникой преодоления подъемов постепенно возрастающей крутизны, последовательно используя лыжные ходы, «полуелочку», «елочку», «лесенку». Подготовиться к зачетному занятию, проработать контрольно-тестовые задания по этой теме.

2.3. Техника прохождения спусков и неровностей

Практические занятия

Высокая, средняя, низкая стойки спусков. Динамика угла сгибания ног и наклона туловища при их выполнении. Наиболее часто встречающиеся неровности на склоне: бугры, впадины, выкаты, встречные склоны. Способы

выпрямления траектории движения центра тяжести массы тела лыжника при прохождении различных неровностей.

Самостоятельная работа

Овладеть высокой, средней и низкой стойками спусков, изменением стойки спуска на различных неровностях, подготовиться к зачетному занятию, проработать тестовые задания по теме.

2.4. Техника торможения

Практические занятия

Торможение лыжами, палками, изменением стойки спуска и преднамеренным падением. Структура движений при торможении лыжами: упором («полуплугом»), «плугом», боковым соскальзыванием. Требования к торможению другими способами: палками, изменением стойки спуска, управляемым падением.

Самостоятельная работа

Освоить все способы торможения лыжами на склонах различной крутизны, научиться тормозить палками, изменением стойки спуска и падением (обязательно управляемым), подготовиться к зачетному занятию, освоить правильные варианты ответов по тестовым заданиям данной темы.

2.5. Повороты в движении и на месте

Практические занятия

Повороты в движении: переступанием, упором, «плугом», на параллельных лыжах. Двигательные действия при их выполнении. Основные способы поворотов на месте: переступанием вокруг пяток лыж и махом правой/левой лыжей.

Самостоятельная работа

Овладеть способами поворотов в движении и на месте, подготовиться к зачетному занятию. Выполнить контрольно-тестовые задания по совершенствованию способов передвижения на различном рельефе: подъемах, спусках, при прохождении неровностей и поворотов.

Подготовиться к итоговому компьютерному тестированию по материалу раздела 2.

Раздел 3. Методика обучения способам передвижения на лыжах

3.1. Этапы обучения

Лекция

Фазы формирования двигательного навыка: образование, закрепление и совершенствование. Характеристика этапов обучения, их последовательность и взаимосвязь.

Самостоятельная работа

Уяснить взаимосвязь между этапами обучения и фазами формирования двигательного навыка. Проработать контрольно-тестовые вопросы по углублению знаний особенностей этапов обучения, подготовиться к тестированию.

3.2. Методы и принципы обучения

Лекция

Словесные, наглядные, практические методы обучения, их сочетание и соотношение на разных этапах обучения. Словесные методы (беседы, лекции, объяснения, указания, команды, подсчет, разбор, анализ) как основа обучения. Специфика применения словесного метода при проведении занятий в естественных природных условиях, особенно в осенне-зимний период. Показ – основное средство наглядности. Практические методы обучения: целостный и расчлененный. Комплексное применение словесного, наглядного и практического методов обучения.

Основные дидактические принципы обучения: сознательности и активности, доступности и индивидуализации, систематичности. Неразрывность обучения технике и воспитания личности.

Самостоятельная работа

Усвоить теоретический материал, проработать контрольно-тестовые вопросы по методам и принципам обучения, подготовиться к тестированию.

3.3. Подготовка мест занятий и организация обучения

Практические занятия

Особенности подготовки мест занятий на различных этапах обучения технике передвижения на лыжах. Урок как основная форма организации и проведения лыжной подготовки. Использование учебных, учебно-тренировочных, тренировочных, контрольных типов урока на разных этапах обучения. Особенности уроков лыжной подготовки, обусловленные проведением их в естественных природных условиях в зимний период. Части урока, их содержание и примерная продолжительность. Требования к разработке плана-конспекта.

Самостоятельная работа

Усвоить принципиальные отличия в подготовке мест занятий для разных этапов обучения технике, основные разделы плана-конспекта. Подготовиться к выполнению практических заданий, проработать контрольные вопросы.

3.4. Методика начального обучения передвижению на лыжах

Практические занятия

Задачи, решаемые в период бесснежной подготовки. Ступающий шаг как основное подготовительное упражнение начинающего лыжника. Скользящий шаг – основа техники передвижения на лыжах. Комплекс упражнений начального обучения.

Самостоятельная работа

Овладеть методикой начального обучения: упражнениями- заданиями, включая игровые, для освоения со снежной средой и лыжным инвентарем, обучения ступающему шагу и скольжению на лыжах. Подготовиться к зачетному занятию.

3.5. Обучение лыжным ходам

Практические занятия

Последовательность обучения классическим и коньковым ходам. Основные причины возникновения ошибок, классификация ошибок по двигательным действиям: движения ногами, руками, туловищем. Типичные

ошибки при овладении попеременными и одновременными классическими и коньковыми ходами, при переходах с хода на ход.

Самостоятельная работа

Выполнить контрольно-тестовые задания. Разобрать типичные ошибки в работе рук, ног, туловища. Овладеть методикой их исправления. Подготовиться к зачетному занятию, включая разработку плана-конспекта.

3.6. Обучение преодолению подъемов, спусков и неровностей

Практические занятия

Последовательность овладения способами подъемов: лыжными ходами, «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». Специфичные двигательные действия при прохождении подъемов лыжными ходами. Основные требования к выполнению подъемов «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». Движения, контролируемые при обучении высокой, средней и низкой стойкам спусков. Своевременное выпрямление траектории движения при обучении технике преодоления неровностей.

Самостоятельная работа

Проработать контрольно-тестовые задания по обучению способам подъемов и прохождения неровностей, стойкам спусков. Овладеть методикой обучения. Подготовиться к зачетному занятию.

3.7. Обучение способам торможений и поворотов

Практические занятия

Последовательность обучения торможениям лыжами: «плугом», упором, боковым соскальзыванием. Характерные двигательные действия при каждом виде торможения лыжами. Особенности обучения торможениям палками и управляемым падением.

Обучение поворотам в движении: переступанием, «плугом», упором, на параллельных лыжах. Характерные двигательные действия при выполнении различных поворотов в движении и на месте.

Самостоятельная работа

Отобрать и обосновать правильные варианты ответов на контрольно-тестовые задания по данной теме. Освоить методику обучения способам торможений и поворотов, разработать план-конспект зачетного занятия, подготовиться к его проведению.

3.8. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма

Практические занятия

Анализ внешних природных факторов, оказывающих дополнительное воздействие на организм лыжника. Типичные травмы при занятиях лыжами и причины их возникновения. Методика реализации на практике мер предупреждения травматизма при занятиях на лыжах.

Самостоятельная работа

Изучить типичные травмы лыжника, причины их возникновения и меры предупреждения. Выполнить контрольно-тестовые задания по данной теме. Подготовиться к итоговому компьютерному тестированию по материалу раздела 3.

Раздел 4. Использование занятий лыжами

в оздоровлении различных групп населения

4.1. Лыжи в России – национальное средство оздоровления населения

Практические занятия

Анализ распределения снежного покрова на территории России, продолжительность залегания снега в различных регионах от 4 до 8 месяцев в году. Передвижение на лыжах – самое эффективное оздоровительное средство двигательной активности человека в зимнее время. Обоснование достоинств занятий лыжами.

Самостоятельная работа

Внедрить занятия лыжами в зимний период как эффективного средства самооздоровления, прочувствовать их эффективность. Проработать контрольно-тестовые вопросы, подготовиться к тестированию.

4.2. Лыжная подготовка дошкольников

Практические занятия

Особенности организации и проведения лыжных занятий с дошкольниками, специфичные требования к одежде. Простейшие упражнения по обучению первым шагам на лыжах, управлению лыжами, освоению со снежной средой, овладению ступающими и затем скользящими шагами. Обучение лыжным ходам, спуску с небольшого склона и подъему на него, другим доступным ребенку способам передвижения.

Самостоятельная работа

Овладеть простейшими упражнениями на лыжах, которые используют в занятиях с дошкольниками. Подготовиться к зачетному занятию, аттестации по практическим заданиям.

4.3. Лыжная подготовка школьников

Практические занятия

Содержание лыжной подготовки учащихся 1-11-х классов. Преобладание игровой формы занятий со школьниками, особенно младших классов. Учебные нормативы по лыжной подготовке. Теоретические знания, профессиональные умения/навыки, методика самостоятельных занятий. Внеклассная и внешкольная работа с использованием лыж.

Самостоятельная работа

Овладеть программным материалом по лыжной подготовке школьников, методикой проведения игр, игровых упражнений на лыжах. Выполнить контрольно-тестовые задания, подготовиться к зачетному занятию в форме деловой игры.

4.4. Лыжная подготовка учащейся молодежи и военнослужащих

Практические занятия

Формы занятий по лыжной подготовке: обязательные, факультативные, дополнительные, самостоятельные. Распределение учащихся и студентов по отделениям с учетом состояния здоровья, условия формирования и зачисления в отделение спортивного совершенствования. Содержание лыжной подготовки в основном и специальном отделениях, в отделении спортивного совершенствования. Лыжная подготовка военнослужащих.

Самостоятельная работа

Освоить содержание лыжной подготовки учащихся, студентов, военнослужащих, проработать контрольно-тестовые задания, подготовиться к тестированию.

4.5. Оздоровительно-спортивная деятельность лыжников старшего возраста

Практические занятия

Показатели лыжной нагрузки, обеспечивающие оздоровительный эффект. Оценка физической подготовленности по очковой системе Купера. Деятельность Российского любительского лыжного союза (РЛЛС). Возрастная градация участников соревнований среди лыжников старше 30 лет. Кубок мира мастеров (КММ) как неофициальный чемпионат мира среди лыжников-ветеранов.

Самостоятельная работа

Оценить физическую подготовленность лыжников по заданным показателям нагрузки в передвижении на лыжах за неделю (по Куперу). Подготовиться к защите отчетов по контрольно-тестовым заданиям.

4.6. Использование занятий лыжами в оздоровлении и социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями

Практические занятия

Доступность занятий лыжами для лиц с ограниченными возможностями по слуху, зрению, с заболеваниями опорно-двигательного аппарата и отстающих в умственном развитии. Организация специальных лыжных соревнований для лыжников: Сурдлимпийских игр среди глухих, Паралимпийских игр для лыжников-ампутантов и имеющих серьезные отклонения по зрению, специальных Олимпийских игр для лыжников с отставанием в умственном развитии.

Самостоятельная работа

Ознакомиться со спецификой оздоровительно-соревновательной деятельности среди лыжников с ограниченными возможностями, выполнить

контрольно-тестовые задания, подготовиться к итоговому компьютерному тестированию по материалу раздела 4.

Раздел 5. Организация и проведение спортивно-оздоровительных состязаний на лыжах

5.1. Подготовка лыжных трасс

Практические занятия

Определение понятий: лыжная трасса, дистанция, лыжня, трасса для классического и свободного стилей, схема и профиль лыжной трассы. Основные показатели рельефа лыжных трасс: высота, длина и средняя крутизна подъема/спуска, максимальный подъем, перепад высоты, сумма перепадов высот. Подготовка лыжных трасс в бесснежный период и зимой. Особенности в подготовке трасс для классического и свободного стилей. Требования к рельефу лыжных трасс для лыжников разной квалификации.

Самостоятельная работа

Принять участие в подготовке лыжных трасс, выполнить расчеты по характеристике рельефа заданной лыжной трассы и контрольно-тестовые задания.

5.2. Классификация соревнований

Практические занятия

Признаки классификации соревнований: по масштабу и спортивной значимости, с учетом целей и задач, в зависимости от условий зачета и характера определения первенства, по форме организации. Три категории соревнований по лыжным гонкам, основные правила проведения соревнований 3-й категории.

Самостоятельная работа

Проработать контрольно-тестовые вопросы по классификации соревнований, подготовиться к тестированию.

5.3. «Календарный план» и «Положение о соревнованиях»

Практические занятия

Требования к разработке «Календарного плана». Основные разделы «Положения о соревнованиях» как руководящего и финансового документа. Правила оформления заявки на участие в соревнованиях и карточки участника. Информация, включаемая в «Программу» соревнований 3-й категории.

Самостоятельная работа

Разработать «Календарный план», «Положение о соревнованиях», составить заявку, заполнить карточки участников (по заявке), подготовиться к аттестации по контрольно-тестовым заданиям.

5.4. Общие требования к судейству соревнований

Практические занятия

Минимальный численный состав судейской коллегии на соревнованиях 3-й категории, при проведении нормативно-зачетных соревнований с небольшим количеством участников. Специфичные для лыжных соревнований обязанности начальника трасс, выполняемые в процессе и по завершении соревнований. Особенности судейства массовых соревнований по лыжным гонкам.

Самостоятельная работа

Изучить основные положения правил проведения соревнований по лыжным гонкам 3-й категории. Подготовиться к судейству соревнований и выполнить контрольно-тестовые задания.

5.5. Жеребьевка участников и виды стартов

Практические занятия

Цель проведения жеребьевки. Правила проведения простейшей жеребьевки по карточкам участников. Протокол старта участников как итоговый документ жеребьевки. Виды старта: одиночный, парный, групповой, общий (массовый), старт преследования. Методика расчета времени интервального старта по номеру участника, подготовка стартового протокола.

Самостоятельная работа

Овладеть навыками проведения жеребьевки по карточкам участников, научиться делать расчеты времени старта по номеру участника, подготовиться к выполнению контрольно-тестовых заданий и разработке стартового протокола.

5.6. Определение результатов в различных спортивно-оздоровительных состязаниях на лыжах

Практические занятия

Лыжные гонки как объективно оцениваемый вид спорта, но без регистрации рекордов. Методика определения результатов соревнований, проводимых с использованием одиночного, парного и группового видов старта. Особенности старта и определения результатов в лыжной гонке преследования, лыжном спринте, в эстафетных соревнованиях и при массовом старте. Простейшие способы определения командных и индивидуальных результатов за серию стартов. Специальные способы оценки результатов соревнований лыжников-ветеранов. Перерасчет результатов по возрастному коэффициенту. Новые модели организации и проведения оздоровительных спортивно-развлекательных состязаний на лыжах.

Самостоятельная работа

Овладеть методикой определения результатов участников всех разновидностей соревнований по лыжным гонкам, простейшими системами подведения итогов командных и индивидуальных кубковых соревнований, специфичными способами расчета результатов соревнований лыжников-ветеранов. Подготовиться к выполнению контрольно-тестовых заданий по определению результатов и итоговому компьютерному тестированию по материалу раздела 5.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной

справке по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок».

**Контрольные вопросы и практические задания для проведения
промежуточной аттестации (зачет)**

Вопросы для устного ответа (ОК-8 знать)

1. Классификация способов передвижения на лыжах:
классические и коньковые лыжные ходы;
переходы с хода на ход;
способы подъемов;
стойки спусков;
способы торможений;
способы поворотов в движении и на месте;
преодоление неровностей.
2. Понятие о классическом и свободном стилях передвижения.
3. Словесные, наглядные и практические методы обучения.
4. Основные дидактические принципы обучения.
5. Особенности организации овладения способами передвижения на лыжах.
6. Специфичные требования к подготовке мест занятий с учетом способа передвижения.

Вопросы для устного ответа (ОК-8 уметь)

1. Укажите количество и название этапов обучения технике передвижения на лыжах.
2. Части урока, их содержание и примерная относительная продолжительность.
3. Требования к разработке плана-конспекта.
4. Начальное обучение владению лыжным инвентарем, ступающему и скользящему шагу, управлению лыжами, освоению со снежной средой.

5. Признаки деления лыжных ходов на классические и коньковые, одновременные и попеременные, а также с учетом количества шагов в цикле хода.

6. Понятие о классическом и свободном стилях передвижения.

Вопросы для устного ответа (ОК-10 знать)

1. Виды старта в соревнованиях по лыжным гонкам.
2. Понятия о лыжной трассе, дистанции, лыжне, трассе для классического и свободного стилей.

Вопросы для устного ответа (ОК-10 уметь)

1. Расчет времени интервального старта по номеру участника.
2. Методика определения результатов соревнований различного формата.
3. Простейшие способы определения командных и индивидуальных результатов за серию стартов.
4. Специальные системы оценки результатов в соревнованиях лыжников-ветеранов.
5. Методика перерасчета результатов по возрастному коэффициенту.
6. Методика овладения техникой передвижения на лыжах: классическими и коньковыми ходами, переходами с одного хода на другой, способами подъемов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей.
7. Типичные ошибки при овладении попеременными и одновременными классическими и коньковыми лыжными ходами.
8. Последовательность овладения различными лыжными ходами, способами подъемов, спусков, торможений, поворотов.

Вопросы для устного ответа (ОК-10 владеть)

1. Повышение психологической устойчивости лыжников-гонщиков к неблагоприятным внешним условиям в соревновательной деятельности.
2. Тактическая подготовленность в соревновательной деятельности лыжников-гонщиков.

3. Характерные особенности соревновательной деятельности лыжников-гонщиков.

Вопросы для устного ответа (ОПК-5 знать)

1. Передвижение на лыжах – эффективное средство двигательной активности в зимнее время.
2. Обоснование оздоровительной эффективности занятий лыжами.
3. Показатели нагрузки в передвижении на лыжах оздоровительной направленности.
4. Оценка величины нагрузки в передвижении на лыжах и физической подготовленности по системе Купера (в очках).
5. Использование занятий лыжами в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию.

Вопросы для устного ответа (ОПК-5 уметь)

1. Основные показатели рельефа лыжной трассы: высота, длина и крутизна подъема, спуска, перепад высоты.
2. Особенности подготовки лыжных трасс для различного стиля передвижения.
3. Требования к рельефу лыжных трасс для оздоровительных целей.
4. Специфичные требования к организации и проведению оздоровительных мероприятий на лыжах.

Вопросы для устного ответа (ПК-2 знать)

1. Эксплуатационные характеристики лыж, типы лыжных креплений, детали лыжной палки.
2. Требования к одежде и обуви лыжника-гонщика.
3. Общая характеристика лыжных мазей и парафинов.
4. Технология смазки лыж и нанесения парафина.

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов

1. Изучить теоретический материал по всем разделам рабочей программы дисциплины.

2. Усвоить характерные особенности двигательной деятельности и определения результатов в олимпийских видах лыжного спорта: лыжные гонки, прыжки на лыжах с трамплина, лыжное двоеборье, горнолыжный спорт, биатлон, фристайл, сноуборд.
3. Проработать контрольно-тестовые задания по характеристике олимпийских видов спорта, подготовиться к компьютерному тестированию.
4. Овладеть простейшей методикой выбора лыжного инвентаря, обуви, одежды лыжника.
5. Овладеть общими приемами подготовки лыж с учетом стиля передвижения и погодных условий.
6. Усвоить простейшую методику определения качества скольжения и сцепления лыж.
7. Проработать контрольно-тестовые задания по экипировке лыжника, подготовиться к компьютерному тестированию.
8. Овладеть основами техники всех способов передвижения на лыжах: лыжные ходы, способы подъемов, спусков, поворотов, торможений, преодоления неровностей.
9. Проработать контрольно-тестовые задания по основам техники передвижения на лыжах, подготовиться к компьютерному тестированию.
10. Усвоить требования к подготовке мест занятий на разных этапах обучения технике передвижения на лыжах.
11. Овладеть основами методики начального обучения способам передвижения на лыжах.
12. Разработать план-конспект и подготовиться к контрольному занятию по обучению заданному способу.
13. Проработать контрольно-тестовые задания по методике обучения технике и подготовиться к компьютерному тестированию.

14. Усвоить основы многолетней подготовки лыжника, специфику построения годичного цикла тренировки, характерные особенности методов тренировки, средства тренировки, в т.ч. в бесснежный период.
15. Подготовиться к проведению фрагмента тренировки заданным методом.
16. Проработать контрольно-тестовые задания по общим основам многолетней подготовки лыжника, подготовиться к компьютерному тестированию.
17. Усвоить основы лыжной подготовки дошкольников, школьников, учащейся молодежи, военнослужащих, населения старшего возраста, инвалидов различных категорий.
18. Овладеть простейшей методикой дозирования нагрузки в передвижении на лыжах оздоровительной направленности с учетом возраста, уровня здоровья и подготовленности.
19. Проработать контрольно-тестовые задания по использованию лыжной подготовки в оздоровлении различных групп населения, подготовиться к компьютерному тестированию.
20. Выполнить простейшие расчеты показателей, характеризующих рельеф трасс.
21. Принять участие в организации и судействе, разработке документов планирования и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий на лыжах.
22. Овладеть способами определения результатов в соревнованиях по лыжным гонкам различного формата.
23. Проработать контрольно-тестовые задания по организации и проведению физкультурно-спортивных мероприятий с использованием лыж, подготовиться к компьютерному тестированию.
24. Регулярно использовать занятия лыжами как средства самооздоровления, сохранения и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, подготовиться к тестированию профессиональной физической подготовки в передвижении на лыжах.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок»

Основная литература:

1. Раменская, Т. И. Лыжные гонки : учебник : рек. Министерством образования и науки РФ / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Буки Веди, 2015. – 563 с.
2. Фарбей, В. Вл. Практикум по лыжному спорту : учеб. – метод. пособие : рек. УМО / В. Вл. Фарбей, Г. В. Скорохватова, В. В. Фарбей ; Рос. гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена. – СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. – 147 с.

б) Дополнительная литература:

1. Раменская, Т. И. Лыжный спорт : учебник : рек. УМО / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Флинта: Наука, 2004. – 319 с.
2. Раменская, Т.И. Лыжный спорт : учебное пособие : рек. УМО / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Физическая культура, 2005. – 224 с.
3. Лыжный спорт : учебник [Электронный ресурс] / А. Г. Баталов, Т. И. Раменская. – М. : РГУФКСМиТ, 2013. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. Интернет-ресурс федерации лыжных гонок России www.flgr.ru
2. Интернет-ресурс международной федерации лыжного спорта www.fis-ski.com

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля): «Методика преподавания лыжных гонок»*

1. Операционная система – Microsoft Windows.
 2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
 3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
 4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
 5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.
- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок».

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Экспозиции лыжного спорта.
4. Комплекты лыжного инвентаря (лыжи, крепления, ботинки, палки).

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Методика преподавания лыжных гонок» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, 1 курса направления подготовки 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)" направленности (профилю) – «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура» очной формы обучения

І. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины: с 20.02. 2017 по 25.02.2017 г.

Форма промежуточного контроля: *зачет – II семестр*

ІІ. ВИДЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на заочной форме обучения	Оценка в баллах
1.	Посещение практических занятий (обязательное посещение практических занятий в объёме не менее 50 %)	<i>В течение семестра</i>	10,5
2.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 2. «Основы техники передвижения на лыжах»	<i>23 неделя</i>	1,5 /ОК-8 знать
3.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 3. «Методика обучения способам передвижения на лыжах»	<i>23 неделя</i>	1,5 /ОК-8 знать
4.	Тесты действий по теме 2.1. Выполнение имитационных упражнений (подводящих), на месте и в движении с целью успешного освоения техники классических способов передвижения	<i>23 неделя</i>	9 /ОК-8 уметь
5.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 5. «Организация и проведение спортивно-оздоровительных состязаний на лыжах»	<i>23 неделя</i>	1,5 /ОК-10 знать
6.	Виртуальная лабораторная работа № 1 по теме 7.6. «Определение результатов в различных спортивно-оздоровительных состязаниях на лыжах»	<i>23 неделя</i>	5 /ОК-10 уметь
7.	Разноуровневые задания по теме 3.1. Демонстрация владения основами техники передвижения на лыжах классическими лыжными ходами.	<i>23 неделя</i>	9 / ОК-10 уметь

8.	Разноуровневые задания по темам 3.2.-3.5. Демонстрация владения основами техники преодоления подъемов, спусков и неровностей, торможения на лыжах, поворотов на месте и в движении	23 неделя	9 / ОК-10 уметь
9.	Соревнование (тестирование физической и технической подготовленности в передвижении на лыжах)	23 неделя	10/ ОК-10 владеть
10.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 4. «Использование занятий лыжами в оздоровлении различных групп населения»	23 неделя	1,5 /ОПК-5 знать
11.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 1. «Экипировка лыжника, подготовка лыж»	23 неделя	1,5 /ПК-2 знать
12.	Собеседование по дисциплине (является обязательным)	23 неделя	20
	Сдача зачета	23 неделя	20
	Итого		100

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Оценка в баллах
1.	Написание реферата на одну из предложенных тем (выбор тем представлен в основном разделе системы МООДУС)	5
2.	Решение практических заданий с целью овладения способами определения результатов в соревнованиях по лыжным гонкам различного формата	10
3.	Создание презентации на одну из тем по разделам 1-7	5
5	Определение показателей лыжной нагрузки, обеспечивающий оздоровительный эффект (оценка физической подготовленности по очковой системе Купера)	5
6	Выполнение расчетов показателей, характеризующих рельеф заданной лыжной трассы	5
7	Разработка основных документов планирования и проведения физкультурно-спортивных мероприятий по лыжным гонкам	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

V. ИТОГОВАЯ ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ СТУДЕНТОВ

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплине, заканчивающейся зачётом						
Набранные баллы	51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Зачет/незачет	Не зачёт			Зачёт		
Оценка по шкале ECTS	F Неудовл.	E Посредств	D Удовлетво р.	C Хорошо	B Очень хорошо	A Отлично

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

**Кафедра теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.Б.15.5 «Методика преподавания лыжных гонок»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 «Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая
культура)» (код и наименование)

Направленность (профиль): «Адаптивное физическое воспитание»,
«Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: очная
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок» составляет 72 академических часов (очная форма обучения).

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок»: очная форма обучения - 2 семестр.

3. Цель освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок»:

овладение общекультурными, общепрофессиональными и профессиональными компетенциями по дальнейшему развитию лыжного спорта как одного из наиболее эффективных средств сохранения и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, обеспечения активного долголетия, физического и нравственного совершенствования различных возрастных групп населения и как популярного в России зимнего олимпийского вида спорта.

Дисциплина «Методика преподавания лыжных гонок» реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок»:

ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОК-10 готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОПК-5 умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей

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

5. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок» **72 академических часов.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Экипировка лыжника, подготовка лыж	II	-	4	12		
2	1.1. Инвентарь лыжника	II	-	1,5	4		
3	1.2. Обувь и одежда лыжника	II	-	1,5	4		
4	1.3. Подготовка лыж	II	-	1	4		
5	Раздел 2. Основы техники передвижения на лыжах	II	3	5	10		
6	2.1. Классические и коньковые лыжные ходы	II	3	1	2		
7	2.2. Техника преодоления подъемов	II	-	1	2		
8	2.3. Техника прохождения спусков и неровностей	II	-	1	2		
9	2.4. Техника торможения	II	-	1	2		
10	2.5. Повороты в движении и на месте	II	-	1	2		
11	Раздел 3. Методика овладения способами передвижения на лыжах	II	3	5	8		
12	3.1. Этапы обучения	II	1,5	0,5	1		
13	3.2. Методы и принципы обучения	II	1,5	0,5	1		
14	3.3. Подготовка мест занятий и организация обучения	II	-	0,5	1		
15	3.4. Методика начального обучения передвижения на лыжах	II	-	0,5	1		
16	3.5. Обучение лыжным ходам	II	-	1	1		

17	3.6. Обучение преодолению подъемов, спусков и неровностей	II	-	1	1		
18	3.7. Обучение способам торможений и поворотов	II	-	0,5	1		
19	3.8. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма	II	-	0,5	1		
20	Раздел 4. Организация и проведение оздоровительных мероприятий на лыжах	II	-	5	6		
21	4.1. Лыжи в России – национальное средство оздоровления населения	II	-	1	1		
22	4.2. Лыжная подготовка дошкольников	II	-	1	1		
23	4.3. Лыжная подготовка школьников	II	-	0,5	1		
24	4.4. Лыжная подготовка учащейся молодежи и военнослужащих	II	-	0,5	1		
25	4.5. Оздоровительно- спортивная деятельность лыжников старшего возраста	II	-	1	1		
26	4.6. Использование занятий лыжами в оздоровлении лиц с ограниченными возможностями	II	-	1	1		
27	Раздел 5. Организация и проведение спортивно-оздоровительных состязаний на лыжах	II	-	5	6		
28	5.1. Подготовка лыжных трасс	II	-	1	1		
29	5.2. Классификация соревнований	II	-	1	1		
30	5.3. «Календарный план» и «Положения о соревнованиях»	II		0,5	1		
31	5.4. Общие требования к судейству соревнований	II		0,5	1		
32	5.5. Жеребьевка участников и виды стартов	II	-	1	1		
33	5.6. Определение результатов в различных спортивно-оздоровительных состязаниях на лыжах	II	-	1	1		
34	Зачет						Зачет
	Итого часов:	72	6	24	42		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.Б.15.5 «Методика преподавания лыжных гонок»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 «Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая
культура)»
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Адаптивное физическое воспитание»,
«Физическая реабилитация»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «21» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
Протокол № 19 от «24» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Даниленко Оксана Алексеевна, преподаватель кафедры теории и методики
лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках
РГУФКСМиТ, Баталов Алексей Григорьевич, к.п.н., профессор кафедры
теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на
коньках РГУФКСМиТ, Раменская Тамара Ивановна, профессор, к.п.н.
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок».

Целью освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок» является:

овладение общекультурными, общепрофессиональными и профессиональными компетенциями по дальнейшему развитию лыжного спорта как одного из наиболее эффективных средств сохранения и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, обеспечения активного долголетия, физического и нравственного совершенствования различных возрастных групп населения и как популярного в России зимнего олимпийского вида спорта.

Дисциплина «Методика преподавания лыжных гонок» реализуется на русском языке.

Задачами освоения дисциплины «Методика преподавания лыжных гонок» являются:

- создание у бакалавров целостного представления о зарождении и развитии лыжного спорта;
- овладение техникой и методикой начального обучения способам передвижения на лыжах: лыжные ходы, смена ходов, способы подъемов, спусков, поворотов, торможений, прохождения неровностей;
- обеспечение готовности к организации и проведению занятий по лыжной подготовке оздоровительной направленности с учетом пола, возраста, уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся;

2. Место дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок» в структуре ООП (ОПОП).

Дисциплина «Методика преподавания лыжных гонок» относится к базовым видам двигательной деятельности обязательных дисциплин ФГОС ВО 3+ по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», по

профилю «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация».

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности на уровне требований к поступающим (абитуриентам).

Лыжные гонки являются в России наиболее популярным и массовым средством оздоровления, разностороннего развития, закаливания, активного отдыха, что обусловило логическую и содержательно-методическую взаимосвязь данной дисциплины с дисциплиной базовой части «Методика обучения и воспитания». Освоение дисциплины «Методика преподавания лыжных гонок» необходимо как предшествующее изучению анатомии, биомеханики, биохимии, физиологии, прохождению практики.

Специфика данной дисциплины предусматривает подготовку бакалавра к профессиональной деятельности преимущественно в естественных зимних природных условиях, в том числе неблагоприятных, иногда экстремальных, что необходимо учитывать при организации учебного процесса.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				

	Знать: - методику обучения способам передвижения на лыжах; - общие основы многолетней подготовки лыжника-гонщика	II		II
	Уметь: - выполнить имитационные (подводящие) упражнения, используемые лыжниками с целью успешного освоения техники лыжных ходов;	II		II
ОК-10 готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				
	Знать: - специфику организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий на лыжах в естественных природных условиях в зимний период;	II		II
	Уметь: - демонстрировать способы передвижения на лыжах;	II		II
	Владеть: - тестированием профессиональной физической и технической подготовленности в передвижении на лыжах	II		II
ОПК-5 умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей				
	Знать: - использование занятий лыжами в оздоровлении различных групп населения	II		II
	Уметь: - определять результаты соревнований в различных спортивно-оздоровительных состязаниях на лыжах	II		II
ПК-2 умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры				
	Знать: - материально-техническое обеспечение занятий на лыжах, требования к подготовке лыжного инвентаря и мест занятий;	II		II

4. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок».

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок» **72 академических часов.**

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Экипировка лыжника, подготовка лыж	II	-	0,5	12		
2	1.1. Инвентарь лыжника	II	-	-	4		
3	1.2. Обувь и одежда лыжника	II	-	0,25	4		
4	1.3. Подготовка лыж	II	-	0,25	4		
5	Раздел 2. Основы техники передвижения на лыжах	II	1	0,5	14		
6	2.1. Классические и коньковые лыжные ходы	II	1	0,1	3		
7	2.2. Техника преодоления подъемов	II	-	0,1	3		
8	2.3. Техника прохождения спусков и неровностей	II	-	0,1	3		
9	2.4. Техника торможения	II	-	0,1	3		
10	2.5. Повороты в движении и на месте	II	-	0,1	2		
11	Раздел 3. Методика овладения способами передвижения на лыжах	II	1	1	14		
12	3.1. Этапы обучения	II	0,5	0,1	2,5		
13	3.2. Методы и принципы обучения	II	0,5	0,1	1,5		
14	3.3. Подготовка мест занятий и организация обучения	II	-	0,1	1,5		
15	3.4. Методика начального обучения передвижения на лыжах	II	-	0,1	1,5		
16	3.5. Обучение лыжным ходам	II	-	0,1	1,5		
17	3.6. Обучение преодолению подъемов, спусков и неровностей	II	-	0,2	1,5		

18	3.7. Обучение способам торможений и поворотов	П	-	0,2	1,5		
19	3.8. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма	П	-	0,1	2,5		
20	Раздел 4. Организация и проведение оздоровительных мероприятий на лыжах	П	-	1	13		
21	4.1. Лыжи в России – национальное средство оздоровления населения	П	-	0,1	3		
22	4.2. Лыжная подготовка дошкольников	П	-	0,2	2		
23	4.3. Лыжная подготовка школьников	П	-	0,2	2		
24	4.4. Лыжная подготовка учащейся молодежи и военнослужащих	П	-	0,1	2		
25	4.5. Оздоровительно- спортивная деятельность лыжников старшего возраста	П	-	0,2	2		
26	4.6. Использование занятий лыжами в оздоровлении лиц с ограниченными возможностями	П	-	0,2	2		
27	Раздел 5. Организация и проведение спортивно-оздоровительных состязаний на лыжах	П	-	1	13		
28	5.1. Подготовка лыжных трасс	П	-	0,1	3		
29	5.2. Классификация соревнований	П	-	0,2	2		
30	5.3. «Календарный план» и «Положения о соревнованиях»	П		0,2	2		
31	5.4. Общие требования к судейству соревнований	П		0,1	2		
32	5.5. Жеребьевка участников и виды стартов	П	-	0,2	2		
33	5.6. Определение результатов в различных спортивно-оздоровительных состязаниях на лыжах	П	-	0,2	2		
34	Зачет						Зачет
	Итого часов:	72	2	4	66		

К видам учебной работы по данной дисциплине отнесены аудиторные лекционные, практические занятия и внеаудиторная самостоятельная работа студентов.

На лекционных занятиях закладываются основы знаний по истории развития и общей характеристике всех олимпийских видов лыжного спорта,

формируется теоретический фундамент для последующего усвоения студентами учебного материала по экипировке лыжника-гонщика, технике передвижения на лыжах, методике обучения, основам многолетней тренировки, использованию лыж в оздоровлении различных групп населения, организации и проведению спортивно-оздоровительных мероприятий на лыжах.

Практические занятия, включая традиционную форму семинарских, методических, лабораторных и учебную практику, формируют профессиональные умения и навыки по выбору и подготовке инвентаря, обуви, одежды лыжника, подготовке учебных площадок, учебных и тренировочных лыжных трасс, определению качества скольжения и сцепления лыж. Предусматривается овладение техникой передвижения на лыжах, методическими приемами обучения, подбора упражнений, а также освоение основ методики тренировки. Наряду с этим студенты овладевают практическими умениями по организации и проведению спортивно-оздоровительных мероприятий, определению личных и командных результатов соревнований, а также готовятся к выполнению требований по профессиональной физической подготовке. Основные задачи практической формы занятий – углубление профессиональных знаний и овладение навыками их применения в реальной практической деятельности, формирование общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций.

Регулярный контроль за самостоятельной работой студентов осуществляют на консультациях, а также в процессе аудиторных занятий, отводя на это до 10% аудиторного времени. Их проводят преимущественно как отчеты-консультации по каждому выполненному заданию.

В связи с сезонностью лыжного спорта дисциплину, как правило, проходят концентрированно в зимние недели учебного года путем комплексного применения и рационального сочетания в течение одного

учебного дня различных аудиторных форм занятий. С учетом этой специфики распределен учебный материал по неделям семестра.

Раздел 1. Экипировка лыжника, подготовка лыж

1.1. Инвентарь лыжника

Практические занятия

Эксплуатационные характеристики лыж, типы лыжных креплений, детали лыжной палки. Представление о современном лыжном инвентаре. Правила безопасности при транспортировке лыжного инвентаря.

Овладение простейшей методикой подбора лыж по длине и жесткости с учетом веса и роста занимающихся, технологией постановки креплений на лыжи, выбором длины и правильным держанием лыжной палки.

Самостоятельная работа

Научиться обращаться с лыжным инвентарем, подбирать лыжи по жесткости с учетом веса и по длине с учетом роста занимающегося, определять оптимальную длину лыжных палок, ставить лыжное крепление. Проработать контрольно-тестовые задания по этой теме.

1.2. Обувь и одежда лыжника

Практические занятия

Особенности классических, коньковых и универсальных лыжных ботинок, выбор лыжной обуви. Требования к одежде лыжника в различных погодных условиях и с учетом продолжительности занятия/прогулки.

Самостоятельная работа

Научиться подбирать лыжные ботинки с учетом стиля передвижения, дифференцировать одежду лыжника в зависимости от изменений погодных условий и с учетом продолжительности занятия, проработать тестовые задания.

1.3. Подготовка лыж

Практические занятия

Простейшие приемы подготовки лыж. Разновидности парафинов и лыжных мазей по назначению (на скольжение, сцепление, грунтовые),

структурному состоянию (твердые, порошкообразные, гранулированные, полутвердые, пастообразные, жидкие), цвету (зеленый, синий/голубой, фиолетовый, красный, желтый, серебряный). Специфика подготовки лыж с учетом стиля передвижения (классический, свободный). Способы устранения «отдачи». Приспособления для подготовки лыж. Простейшая методика тестирования качества скольжения и сцепления лыж. Требования к хранению лыж.

Самостоятельная работа

Овладеть приемами подготовки лыж, очистки скользящей поверхности, выбора и нанесения лыжных мазей и парафинов с учетом стиля передвижения, в соответствии с температурой воздуха, влажностью, состоянием снежного покрова, профиля лыжной трассы, длины дистанции. Научиться определять качество скольжения и сцепления лыж, устранять проскальзывание («отдачу»).

Выполнить контрольно-тестовые задания по подготовке лыж. Подготовиться к итоговому контрольному тестированию по материалу раздела 1.

Раздел 2. Основы техники передвижения на лыжах

2.1. Классические и коньковые лыжные ходы

Лекция

Классификация способов передвижения на лыжах: лыжные ходы, способы подъемов, стойки спусков, способы торможений, поворотов, преодоления неровностей, переходы с хода на ход. Лыжные ходы как основа техники передвижения на лыжах. Признаки их деления на классические и коньковые, одновременные и попеременные, а также с учетом количества шагов в каждом цикле. Специфика классического и свободного стилей передвижения.

Практические занятия

Структура движений в классических ходах: попеременных двух- и четырехшажных, одновременных одно- и двухшажных, бесшажном.

Способы переходов с попеременного хода на одновременный и обратно. Специфика движений ног, рук и туловища в коньковых лыжных ходах: полуконьковом, одновременном двухшажном, одновременном одношажном, попеременном, коньковом ходе без отталкивания руками. Смена коньковых лыжных ходов.

Самостоятельная работа

Изучить общую характеристику и овладеть всеми классическими и коньковыми лыжными ходами, подготовиться к зачетному занятию по оценке технической подготовленности, выполнить контрольно-тестовые задания для углубленного освоения специфики движений в различных лыжных ходах.

2.2. Техника преодоления подъемов

Практические занятия

Способы подъемов в различных внешних условиях: лыжными ходами (классическим и коньковыми), «елочкой», «полуелочкой», «лесенкой». Динамика структуры движений в попеременном двухшажном классическом и коньковых ходах на подъемах разной крутизны. Двигательные действия при подъемах «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой».

Самостоятельная работа

Овладеть техникой преодоления подъемов постепенно возрастающей крутизны, последовательно используя лыжные ходы, «полуелочку», «елочку», «лесенку». Подготовиться к зачетному занятию, проработать контрольно-тестовые задания по этой теме.

2.3. Техника прохождения спусков и неровностей

Практические занятия

Высокая, средняя, низкая стойки спусков. Динамика угла сгибания ног и наклона туловища при их выполнении. Наиболее часто встречающиеся неровности на склоне: бугры, впадины, выкаты, встречные склоны. Способы выпрямления траектории движения центра тяжести массы тела лыжника при прохождении различных неровностей.

Самостоятельная работа

Овладеть высокой, средней и низкой стойками спусков, изменением стойки спуска на различных неровностях, подготовиться к зачетному занятию, проработать тестовые задания по теме.

2.4. Техника торможения

Практические занятия

Торможение лыжами, палками, изменением стойки спуска и преднамеренным падением. Структура движений при торможении лыжами: упором («полуплугом»), «плугом», боковым соскальзыванием. Требования к торможению другими способами: палками, изменением стойки спуска, управляемым падением.

Самостоятельная работа

Освоить все способы торможения лыжами на склонах различной крутизны, научиться тормозить палками, изменением стойки спуска и падением (обязательно управляемым), подготовиться к зачетному занятию, освоить правильные варианты ответов по тестовым заданиям данной темы.

2.5. Повороты в движении и на месте

Практические занятия

Повороты в движении: переступанием, упором, «плугом», на параллельных лыжах. Двигательные действия при их выполнении. Основные способы поворотов на месте: переступанием вокруг пяток лыж и махом правой/левой лыжей.

Самостоятельная работа

Овладеть способами поворотов в движении и на месте, подготовиться к зачетному занятию. Выполнить контрольно-тестовые задания по совершенствованию способов передвижения на различном рельефе: подъемах, спусках, при прохождении неровностей и поворотов. Подготовиться к итоговому компьютерному тестированию по материалу раздела 2.

Раздел 3. Методика обучения способам передвижения на лыжах

3.1. Этапы обучения

Лекция

Фазы формирования двигательного навыка: образование, закрепление и совершенствование. Характеристика этапов обучения, их последовательность и взаимосвязь.

Самостоятельная работа

Уяснить взаимосвязь между этапами обучения и фазами формирования двигательного навыка. Проработать контрольно-тестовые вопросы по углублению знаний особенностей этапов обучения, подготовиться к тестированию.

3.2. Методы и принципы обучения

Лекция

Словесные, наглядные, практические методы обучения, их сочетание и соотношение на разных этапах обучения. Словесные методы (беседы, лекции, объяснения, указания, команды, подсчет, разбор, анализ) как основа обучения. Специфика применения словесного метода при проведении занятий в естественных природных условиях, особенно в осенне-зимний период. Показ – основное средство наглядности. Практические методы обучения: целостный и расчлененный. Комплексное применение словесного, наглядного и практического методов обучения.

Основные дидактические принципы обучения: сознательности и активности, доступности и индивидуализации, систематичности. Неразрывность обучения технике и воспитания личности.

Самостоятельная работа

Усвоить теоретический материал, проработать контрольно-тестовые вопросы по методам и принципам обучения, подготовиться к тестированию.

3.3. Подготовка мест занятий и организация обучения

Практические занятия

Особенности подготовки мест занятий на различных этапах обучения технике передвижения на лыжах. Урок как основная форма организации и

проведения лыжной подготовки. Использование учебных, учебно-тренировочных, тренировочных, контрольных типов урока на разных этапах обучения. Особенности уроков лыжной подготовки, обусловленные проведением их в естественных природных условиях в зимний период. Части урока, их содержание и примерная продолжительность. Требования к разработке плана-конспекта.

Самостоятельная работа

Усвоить принципиальные отличия в подготовке мест занятий для разных этапов обучения технике, основные разделы плана-конспекта. Подготовиться к выполнению практических заданий, проработать контрольные вопросы.

3.4. Методика начального обучения передвижению на лыжах

Практические занятия

Задачи, решаемые в период бесснежной подготовки. Ступающий шаг как основное подготовительное упражнение начинающего лыжника. Скользящий шаг – основа техники передвижения на лыжах. Комплекс упражнений начального обучения.

Самостоятельная работа

Овладеть методикой начального обучения: упражнениями- заданиями, включая игровые, для освоения со снежной средой и лыжным инвентарем, обучения ступающему шагу и скольжению на лыжах. Подготовиться к зачетному занятию.

3.5. Обучение лыжным ходам

Практические занятия

Последовательность обучения классическим и коньковым ходам. Основные причины возникновения ошибок, классификация ошибок по двигательным действиям: движения ногами, руками, туловищем. Типичные ошибки при овладении попеременными и одновременными классическими и коньковыми ходами, при переходах с хода на ход.

Самостоятельная работа

Выполнить контрольно-тестовые задания. Разобрать типичные ошибки в работе рук, ног, туловища. Овладеть методикой их исправления. Подготовиться к зачетному занятию, включая разработку плана-конспекта.

3.6. Обучение преодолению подъемов, спусков и неровностей

Практические занятия

Последовательность овладения способами подъемов: лыжными ходами, «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». Специфичные двигательные действия при прохождении подъемов лыжными ходами. Основные требования к выполнению подъемов «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». Движения, контролируемые при обучении высокой, средней и низкой стойкам спусков. Своевременное выпрямление траектории движения при обучении технике преодоления неровностей.

Самостоятельная работа

Проработать контрольно-тестовые задания по обучению способам подъемов и прохождения неровностей, стойкам спусков. Овладеть методикой обучения. Подготовиться к зачетному занятию.

3.7. Обучение способам торможений и поворотов

Практические занятия

Последовательность обучения торможениям лыжами: «плугом», упором, боковым соскальзыванием. Характерные двигательные действия при каждом виде торможения лыжами. Особенности обучения торможениям палками и управляемым падением.

Обучение поворотам в движении: переступанием, «плугом», упором, на параллельных лыжах. Характерные двигательные действия при выполнении различных поворотов в движении и на месте.

Самостоятельная работа

Отобрать и обосновать правильные варианты ответов на контрольно-тестовые задания по данной теме. Освоить методику обучения способам торможений и поворотов, разработать план-конспект зачетного занятия, подготовиться к его проведению.

3.8. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма

Практические занятия

Анализ внешних природных факторов, оказывающих дополнительное воздействие на организм лыжника. Типичные травмы при занятиях лыжами и причины их возникновения. Методика реализации на практике мер предупреждения травматизма при занятиях на лыжах.

Самостоятельная работа

Изучить типичные травмы лыжника, причины их возникновения и меры предупреждения. Выполнить контрольно-тестовые задания по данной теме. Подготовиться к итоговому компьютерному тестированию по материалу раздела 3.

Раздел 4. Использование занятий лыжами

в оздоровлении различных групп населения

4.1. Лыжи в России – национальное средство оздоровления населения

Практические занятия

Анализ распределения снежного покрова на территории России, продолжительность залегания снега в различных регионах от 4 до 8 месяцев в году. Передвижение на лыжах – самое эффективное оздоровительное средство двигательной активности человека в зимнее время. Обоснование достоинств занятий лыжами.

Самостоятельная работа

Внедрить занятия лыжами в зимний период как эффективного средства самооздоровления, прочувствовать их эффективность. Проработать контрольно-тестовые вопросы, подготовиться к тестированию.

4.2. Лыжная подготовка дошкольников

Практические занятия

Особенности организации и проведения лыжных занятий с дошкольниками, специфичные требования к одежде. Простейшие упражнения по обучению первым шагам на лыжах, управлению лыжами, освоению со снежной средой, овладению ступающими и затем скользящими

шагами. Обучение лыжным ходам, спуску с небольшого склона и подъему на него, другим доступным ребенку способам передвижения.

Самостоятельная работа

Овладеть простейшими упражнениями на лыжах, которые используют в занятиях с дошкольниками. Подготовиться к зачетному занятию, аттестации по практическим заданиям.

4.3. Лыжная подготовка школьников

Практические занятия

Содержание лыжной подготовки учащихся 1-11-х классов. Преобладание игровой формы занятий со школьниками, особенно младших классов. Учебные нормативы по лыжной подготовке. Теоретические знания, профессиональные умения/навыки, методика самостоятельных занятий. Внеклассная и внешкольная работа с использованием лыж.

Самостоятельная работа

Овладеть программным материалом по лыжной подготовке школьников, методикой проведения игр, игровых упражнений на лыжах. Выполнить контрольно-тестовые задания, подготовиться к зачетному занятию в форме деловой игры.

4.4. Лыжная подготовка учащейся молодежи и военнослужащих

Практические занятия

Формы занятий по лыжной подготовке: обязательные, факультативные, дополнительные, самостоятельные. Распределение учащихся и студентов по отделениям с учетом состояния здоровья, условия формирования и зачисления в отделение спортивного совершенствования. Содержание лыжной подготовки в основном и специальном отделениях, в отделении спортивного совершенствования. Лыжная подготовка военнослужащих.

Самостоятельная работа

Освоить содержание лыжной подготовки учащихся, студентов, военнослужащих, проработать контрольно-тестовые задания, подготовиться к тестированию.

4.5. Оздоровительно-спортивная деятельность лыжников старшего возраста

Практические занятия

Показатели лыжной нагрузки, обеспечивающие оздоровительный эффект. Оценка физической подготовленности по очковой системе Купера. Деятельность Российского любительского лыжного союза (РЛЛС). Возрастная градация участников соревнований среди лыжников старше 30 лет. Кубок мира мастеров (КММ) как неофициальный чемпионат мира среди лыжников-ветеранов.

Самостоятельная работа

Оценить физическую подготовленность лыжников по заданным показателям нагрузки в передвижении на лыжах за неделю (по Куперу). Подготовиться к защите отчетов по контрольно-тестовым заданиям.

4.6. Использование занятий лыжами в оздоровлении и социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями

Практические занятия

Доступность занятий лыжами для лиц с ограниченными возможностями по слуху, зрению, с заболеваниями опорно-двигательного аппарата и отстающих в умственном развитии. Организация специальных лыжных соревнований для лыжников: Сурдлимпийских игр среди глухих, Паралимпийских игр для лыжников-ампутантов и имеющих серьезные отклонения по зрению, специальных Олимпийских игр для лыжников с отставанием в умственном развитии.

Самостоятельная работа

Ознакомиться со спецификой оздоровительно-соревновательной деятельности среди лыжников с ограниченными возможностями, выполнить контрольно-тестовые задания, подготовиться к итоговому компьютерному тестированию по материалу раздела 4.

Раздел 5. Организация и проведение спортивно-оздоровительных соревнований на лыжах

5.1. Подготовка лыжных трасс

Практические занятия

Определение понятий: лыжная трасса, дистанция, лыжня, трасса для классического и свободного стилей, схема и профиль лыжной трассы. Основные показатели рельефа лыжных трасс: высота, длина и средняя крутизна подъема/спуска, максимальный подъем, перепад высоты, сумма перепадов высот. Подготовка лыжных трасс в бесснежный период и зимой. Особенности в подготовке трасс для классического и свободного стилей. Требования к рельефу лыжных трасс для лыжников разной квалификации.

Самостоятельная работа

Принять участие в подготовке лыжных трасс, выполнить расчеты по характеристике рельефа заданной лыжной трассы и контрольно-тестовые задания.

5.2. Классификация соревнований

Практические занятия

Признаки классификации соревнований: по масштабу и спортивной значимости, с учетом целей и задач, в зависимости от условий зачета и характера определения первенства, по форме организации. Три категории соревнований по лыжным гонкам, основные правила проведения соревнований 3-й категории.

Самостоятельная работа

Проработать контрольно-тестовые вопросы по классификации соревнований, подготовиться к тестированию.

5.3. «Календарный план» и «Положение о соревнованиях»

Практические занятия

Требования к разработке «Календарного плана». Основные разделы «Положения о соревнованиях» как руководящего и финансового документа. Правила оформления заявки на участие в соревнованиях и карточки участника. Информация, включаемая в «Программу» соревнований 3-й категории.

Самостоятельная работа

Разработать «Календарный план», «Положение о соревнованиях», составить заявку, заполнить карточки участников (по заявке), подготовиться к аттестации по контрольно-тестовым заданиям.

5.4. Общие требования к судейству соревнований

Практические занятия

Минимальный численный состав судейской коллегии на соревнованиях 3-й категории, при проведении нормативно-зачетных соревнований с небольшим количеством участников. Специфичные для лыжных соревнований обязанности начальника трасс, выполняемые в процессе и по завершении соревнований. Особенности судейства массовых соревнований по лыжным гонкам.

Самостоятельная работа

Изучить основные положения правил проведения соревнований по лыжным гонкам 3-й категории. Подготовиться к судейству соревнований и выполнить контрольно-тестовые задания.

5.5. Жеребьевка участников и виды стартов

Практические занятия

Цель проведения жеребьевки. Правила проведения простейшей жеребьевки по карточкам участников. Протокол старта участников как итоговый документ жеребьевки. Виды старта: одиночный, парный, групповой, общий (массовый), старт преследования. Методика расчета времени интервального старта по номеру участника, подготовка стартового протокола.

Самостоятельная работа

Овладеть навыками проведения жеребьевки по карточкам участников, научиться делать расчеты времени старта по номеру участника, подготовиться к выполнению контрольно-тестовых заданий и разработке стартового протокола.

5.6. Определение результатов в различных спортивно-оздоровительных



состязаниях на лыжах

Практические занятия

Лыжные гонки как объективно оцениваемый вид спорта, но без регистрации рекордов. Методика определения результатов соревнований, проводимых с использованием одиночного, парного и группового видов старта. Особенности старта и определения результатов в лыжной гонке преследования, лыжном спринте, в эстафетных соревнованиях и при массовом старте. Простейшие способы определения командных и индивидуальных результатов за серию стартов. Специальные способы оценки результатов соревнований лыжников-ветеранов. Перерасчет результатов по возрастному коэффициенту. Новые модели организации и проведения оздоровительных спортивно-развлекательных состязаний на лыжах.

Самостоятельная работа

Овладеть методикой определения результатов участников всех разновидностей соревнований по лыжным гонкам, простейшими системами подведения итогов командных и индивидуальных кубковых соревнований, специфичными способами расчета результатов соревнований лыжников-ветеранов. Подготовиться к выполнению контрольно-тестовых заданий по определению результатов и итоговому компьютерному тестированию по материалу раздела 5.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок».

Контрольные вопросы и практические задания для проведения промежуточной аттестации (зачет)

Вопросы для устного ответа (ОК-8 знать)

1. Классификация способов передвижения на лыжах:
классические и коньковые лыжные ходы;
переходы с хода на ход;
способы подъемов;
стойки спусков;
способы торможений;
способы поворотов в движении и на месте;
преодоление неровностей.
2. Понятие о классическом и свободном стилях передвижения.
3. Словесные, наглядные и практические методы обучения.
4. Основные дидактические принципы обучения.
5. Особенности организации овладения способами передвижения на лыжах.
6. Специфичные требования к подготовке мест занятий с учетом способа передвижения.

Вопросы для устного ответа (ОК-8 уметь)

1. Укажите количество и название этапов обучения технике передвижения на лыжах.
2. Части урока, их содержание и примерная относительная продолжительность.
3. Требования к разработке плана-конспекта.
4. Начальное обучение владению лыжным инвентарем, ступающему и скользящему шагу, управлению лыжами, освоению со снежной средой.
5. Признаки деления лыжных ходов на классические и коньковые, одновременные и попеременные, а также с учетом количества шагов в цикле хода.
6. Понятие о классическом и свободном стилях передвижения.

Вопросы для устного ответа (ОК-10 знать)

1. Виды старта в соревнованиях по лыжным гонкам.
2. Понятия о лыжной трассе, дистанции, лыжне, трассе для классического и свободного стилей.

Вопросы для устного ответа (ОК-10 уметь)

1. Расчет времени интервального старта по номеру участника.
2. Методика определения результатов соревнований различного формата.
3. Простейшие способы определения командных и индивидуальных результатов за серию стартов.
4. Специальные системы оценки результатов в соревнованиях лыжников-ветеранов.
5. Методика перерасчета результатов по возрастному коэффициенту.
6. Методика овладения техникой передвижения на лыжах: классическими и коньковыми ходами, переходами с одного хода на другой, способами подъемов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей.
7. Типичные ошибки при овладении попеременными и одновременными классическими и коньковыми лыжными ходами.
8. Последовательность овладения различными лыжными ходами, способами подъемов, спусков, торможений, поворотов.

Вопросы для устного ответа (ОК-10 владеть)

1. Повышение психологической устойчивости лыжников-гонщиков к неблагоприятным внешним условиям в соревновательной деятельности.
2. Тактическая подготовленность в соревновательной деятельности лыжников-гонщиков.
3. Характерные особенности соревновательной деятельности лыжников-гонщиков.

Вопросы для устного ответа (ОПК-5 знать)

1. Передвижение на лыжах – эффективное средство двигательной активности в зимнее время.
2. Обоснование оздоровительной эффективности занятий лыжами.

3. Показатели нагрузки в передвижении на лыжах оздоровительной направленности.
4. Оценка величины нагрузки в передвижении на лыжах и физической подготовленности по системе Купера (в очках).
5. Использование занятий лыжами в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию.

Вопросы для устного ответа (ОПК-5 уметь)

1. Основные показатели рельефа лыжной трассы: высота, длина и крутизна подъема, спуска, перепад высоты.
2. Особенности подготовки лыжных трасс для различного стиля передвижения.
3. Требования к рельефу лыжных трасс для оздоровительных целей.
4. Специфичные требования к организации и проведению оздоровительных мероприятий на лыжах.

Вопросы для устного ответа (ПК-2 знать)

1. Эксплуатационные характеристики лыж, типы лыжных креплений, детали лыжной палки.
2. Требования к одежде и обуви лыжника-гонщика.
3. Общая характеристика лыжных мазей и парафинов.
4. Технология смазки лыж и нанесения парафина.

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов

1. Изучить теоретический материал по всем разделам рабочей программы дисциплины.
2. Усвоить характерные особенности двигательной деятельности и определения результатов в олимпийских видах лыжного спорта: лыжные гонки, прыжки на лыжах с трамплина, лыжное двоеборье, горнолыжный спорт, биатлон, фристайл, сноуборд.

3. Проработать контрольно-тестовые задания по характеристике олимпийских видов спорта, подготовиться к компьютерному тестированию.
4. Овладеть простейшей методикой выбора лыжного инвентаря, обуви, одежды лыжника.
5. Овладеть общими приемами подготовки лыж с учетом стиля передвижения и погодных условий.
6. Усвоить простейшую методику определения качества скольжения и сцепления лыж.
7. Проработать контрольно-тестовые задания по экипировке лыжника, подготовиться к компьютерному тестированию.
8. Овладеть основами техники всех способов передвижения на лыжах: лыжные ходы, способы подъемов, спусков, поворотов, торможений, преодоления неровностей.
9. Проработать контрольно-тестовые задания по основам техники передвижения на лыжах, подготовиться к компьютерному тестированию.
10. Усвоить требования к подготовке мест занятий на разных этапах обучения технике передвижения на лыжах.
11. Овладеть основами методики начального обучения способам передвижения на лыжах.
12. Разработать план-конспект и подготовиться к контрольному занятию по обучению заданному способу.
13. Проработать контрольно-тестовые задания по методике обучения технике и подготовиться к компьютерному тестированию.
14. Усвоить основы многолетней подготовки лыжника, специфику построения годичного цикла тренировки, характерные особенности методов тренировки, средства тренировки, в т.ч. в бесснежный период.
15. Подготовиться к проведению фрагмента тренировки заданным методом.

16. Проработать контрольно-тестовые задания по общим основам многолетней подготовки лыжника, подготовиться к компьютерному тестированию.
17. Усвоить основы лыжной подготовки дошкольников, школьников, учащейся молодежи, военнослужащих, населения старшего возраста, инвалидов различных категорий.
18. Овладеть простейшей методикой дозирования нагрузки в передвижении на лыжах оздоровительной направленности с учетом возраста, уровня здоровья и подготовленности.
19. Проработать контрольно-тестовые задания по использованию лыжной подготовки в оздоровлении различных групп населения, подготовиться к компьютерному тестированию.
20. Выполнить простейшие расчеты показателей, характеризующих рельеф трасс.
21. Принять участие в организации и судействе, разработке документов планирования и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий на лыжах.
22. Овладеть способами определения результатов в соревнованиях по лыжным гонкам различного формата.
23. Проработать контрольно-тестовые задания по организации и проведению физкультурно-спортивных мероприятий с использованием лыж, подготовиться к компьютерному тестированию.
24. Регулярно использовать занятия лыжами как средства самооздоровления, сохранения и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, подготовиться к тестированию профессиональной физической подготовки в передвижении на лыжах.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок»

Основная литература:

1. Раменская, Т. И. Лыжные гонки : учебник : рек. Министерством образования и науки РФ / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Буки Веди, 2015. – 563 с.
2. Фарбей, В. Вл. Практикум по лыжному спорту : учеб. – метод. пособие : рек. УМО / В. Вл. Фарбей, Г. В. Скорохватова, В. В. Фарбей ; Рос. гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена. – СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. – 147 с.

б) Дополнительная литература:

1. Раменская, Т. И. Лыжный спорт : учебник : рек. УМО / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Флинта: Наука, 2004. – 319 с.
2. Раменская, Т.И. Лыжный спорт : учебное пособие : рек. УМО / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Физическая культура, 2005. – 224 с.
3. Лыжный спорт : учебник [Электронный ресурс] / А. Г. Баталов, Т. И. Раменская. – М. : РГУФКСМиТ, 2013. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. Интернет-ресурс федерации лыжных гонок России www.flgr.ru
2. Интернет-ресурс международной федерации лыжного спорта www.fis-ski.com

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля): «Методика преподавания лыжных гонок»*

1. Операционная система – Microsoft Windows.
 2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
 3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
 4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
 5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.
- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок».

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Экспозиции лыжного спорта.
4. Комплекты лыжного инвентаря (лыжи, крепления, ботинки, палки).

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Методика преподавания лыжных гонок» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, 1 курса направления подготовки 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)" направленности (профилю) – «Адаптивное физическое воспитание», «Физическая реабилитация» заочной формы обучения

І. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины: с 20.02. 2017 по 25.02.2017 г.

Форма промежуточного контроля: **зачет – II семестр**

ІІ. ВИДЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на заочной форме обучения	Оценка в баллах
1.	Посещение практических занятий (обязательное посещение практических занятий в объёме не менее 50 %)	<i>В течение семестра</i>	10,5
2.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 2. «Основы техники передвижения на лыжах»	<i>II семестр</i>	1,5 /ОК-8 знать
3.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 3. «Методика обучения способам передвижения на лыжах»	<i>II семестр</i>	1,5 /ОК-8 знать
4.	Тесты действий по теме 2.1. Выполнение имитационных упражнений (подводящих), на месте и в движении с целью успешного освоения техники классических способов передвижения	<i>II семестр</i>	9 /ОК-8 уметь
5.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 5. «Организация и проведение спортивно-оздоровительных состязаний на лыжах»	<i>II семестр</i>	1,5 /ОК-10 знать
6.	Виртуальная лабораторная работа № 1 по теме 7.6. «Определение результатов в различных спортивно-оздоровительных состязаниях на лыжах»	<i>II семестр</i>	5 /ОК-10 уметь
7.	Разноуровневые задания по теме 3.1. Демонстрация владения основами техники передвижения на лыжах классическими лыжными ходами.	<i>II семестр</i>	9 / ОК-10 уметь

8.	Разноуровневые задания по темам 3.2.-3.5. Демонстрация владения основами техники преодоления подъемов, спусков и неровностей, торможения на лыжах, поворотов на месте и в движении	<i>II семестр</i>	9 / ОК-10 уметь
9.	Соревнование (тестирование физической и технической подготовленности в передвижении на лыжах)	<i>II семестр</i>	10/ ОК-10 владеть
10.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 4. «Использование занятий лыжами в оздоровлении различных групп населения»	<i>II семестр</i>	1,5 /ОПК-5 знать
11.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 1. «Экипировка лыжника, подготовка лыж»	<i>II семестр</i>	1,5 /ПК-2 знать
12.	Собеседование по дисциплине (является обязательным)	<i>II семестр</i>	20
	Сдача зачета	<i>II семестр</i>	20
	Итого		100

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Оценка в баллах
1.	Написание реферата на одну из предложенных тем (выбор тем представлен в основном разделе системы МООДУС)	5
2.	Решение практических заданий с целью овладения способами определения результатов в соревнованиях по лыжным гонкам различного формата	10
3.	Создание презентации на одну из тем по разделам 1-7	5
5	Определение показателей лыжной нагрузки, обеспечивающий оздоровительный эффект (оценка физической подготовленности по очковой системе Купера)	5
6	Выполнение расчетов показателей, характеризующих рельеф заданной лыжной трассы	5
7	Разработка основных документов планирования и проведения физкультурно-спортивных мероприятий по лыжным гонкам	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

V. ИТОГОВАЯ ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ СТУДЕНТОВ

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплине, заканчивающейся зачётом

Набранные баллы	51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Зачет/незачет	Не зачёт			Зачёт		
Оценка по шкале ECTS	F Неудовл.	E Посредств	D Удовлетво р.	C Хорошо	B Очень хорошо	A Отлично

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

**Кафедра теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.Б.15.5 «Методика преподавания лыжных гонок»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 «Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая
культура)»
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Адаптивное физическое воспитание»,
«Физическая реабилитация»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок» составляет 72 академических часов (заочная форма обучения).

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок»: заочная форма обучения - 2 семестр.

3. Цель освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок»:

овладение общекультурными, общепрофессиональными и профессиональными компетенциями по дальнейшему развитию лыжного спорта как одного из наиболее эффективных средств сохранения и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, обеспечения активного долголетия, физического и нравственного совершенствования различных возрастных групп населения и как популярного в России зимнего олимпийского вида спорта.

Дисциплина «Методика преподавания лыжных гонок» реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок»:

ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОК-10 готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОПК-5 умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей

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

5. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок» составляет **72 академических часов**.

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Экипировка лыжника, подготовка лыж	II	-	0,5	12		
2	1.1. Инвентарь лыжника	II	-	-	4		
3	1.2. Обувь и одежда лыжника	II	-	0,25	4		
4	1.3. Подготовка лыж	II	-	0,25	4		
5	Раздел 2. Основы техники передвижения на лыжах	II	1	0,5	14		
6	2.1. Классические и коньковые лыжные ходы	II	1	0,1	3		
7	2.2. Техника преодоления подъемов	II	-	0,1	3		
8	2.3. Техника прохождения спусков и неровностей	II	-	0,1	3		
9	2.4. Техника торможения	II	-	0,1	3		
10	2.5. Повороты в движении и на месте	II	-	0,1	2		
11	Раздел 3. Методика овладения способами передвижения на лыжах	II	1	1	14		
12	3.1. Этапы обучения	II	0,5	0,1	2,5		
13	3.2. Методы и принципы обучения	II	0,5	0,1	1,5		
14	3.3. Подготовка мест занятий и организация обучения	II	-	0,1	1,5		
15	3.4. Методика начального обучения передвижения на лыжах	II	-	0,1	1,5		
16	3.5. Обучение лыжным ходам	II	-	0,1	1,5		
17	3.6. Обучение преодолению подъемов, спусков и неровностей	II	-	0,2	1,5		

18	3.7. Обучение способам торможений и поворотов	П	-	0,2	1,5		
19	3.8. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма	П	-	0,1	2,5		
20	Раздел 4. Организация и проведение оздоровительных мероприятий на лыжах	П	-	1	13		
21	4.1. Лыжи в России – национальное средство оздоровления населения	П	-	0,1	3		
22	4.2. Лыжная подготовка дошкольников	П	-	0,2	2		
23	4.3. Лыжная подготовка школьников	П	-	0,2	2		
24	4.4. Лыжная подготовка учащейся молодежи и военнослужащих	П	-	0,1	2		
25	4.5. Оздоровительно- спортивная деятельность лыжников старшего возраста	П	-	0,2	2		
26	4.6. Использование занятий лыжами в оздоровлении лиц с ограниченными возможностями	П	-	0,2	2		
27	Раздел 5. Организация и проведение спортивно-оздоровительных состязаний на лыжах	П	-	1	13		
28	5.1. Подготовка лыжных трасс	П	-	0,1	3		
29	5.2. Классификация соревнований	П	-	0,2	2		
30	5.3. «Календарный план» и «Положения о соревнованиях»	П		0,2	2		
31	5.4. Общие требования к судейству соревнований	П		0,1	2		
32	5.5. Жеребьевка участников и виды стартов	П	-	0,2	2		
33	5.6. Определение результатов в различных спортивно-оздоровительных состязаниях на лыжах	П	-	0,2	2		
34	Зачет						Зачет
	Итого часов:	72	2	4	66		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.Б.15.5 «Методика преподавания лыжных гонок»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 «Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая
культура)»
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Физическая реабилитация»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института спорта и физического воспитания
Протокол № 8 от «21» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
Протокол № 19 от «24» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках
(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Даниленко Оксана Алексеевна, преподаватель кафедры теории и методики
лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках
РГУФКСМиТ, Баталов Алексей Григорьевич, к.п.н., профессор кафедры
теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на
коньках РГУФКСМиТ, Раменская Тамара Ивановна, профессор, к.п.н.
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок».

Целью освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок» является:

овладение общекультурными, общепрофессиональными и профессиональными компетенциями по дальнейшему развитию лыжного спорта как одного из наиболее эффективных средств сохранения и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, обеспечения активного долголетия, физического и нравственного совершенствования различных возрастных групп населения и как популярного в России зимнего олимпийского вида спорта.

Дисциплина «Методика преподавания лыжного спорта» реализуется на русском языке.

Задачами освоения дисциплины «Методика преподавания лыжных гонок» являются:

- создание у бакалавров целостного представления о зарождении и развитии лыжного спорта.
- овладение техникой и методикой начального обучения способам передвижения на лыжах: лыжные ходы, смена ходов, способы подъемов, спусков, поворотов, торможений, прохождения неровностей;
- обеспечение готовности к организации и проведению занятий по лыжной подготовке оздоровительной направленности с учетом пола, возраста, уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся;

2. Место дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок» в структуре ООП (ОПОП).

Дисциплина «Методика преподавания лыжных гонок» относится к базовым видам двигательной деятельности обязательных дисциплин ФГОС ВО 3+ по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», по профилю «Физическая реабилитация».

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности на уровне требований к поступающим (абитуриентам).

Лыжные гонки являются в России наиболее популярным и массовым средством оздоровления, разностороннего развития, закаливания, активного отдыха, что обусловило логическую и содержательно-методическую взаимосвязь данной дисциплины с дисциплиной базовой части «Методика обучения и воспитания». Освоение дисциплины «Методика преподавания лыжных гонок» необходимо как предшествующее изучению анатомии, биомеханики, биохимии, физиологии, прохождению практики.

Специфика данной дисциплины предусматривает подготовку бакалавра к профессиональной деятельности преимущественно в естественных зимних природных условиях, в том числе неблагоприятных, иногда экстремальных, что необходимо учитывать при организации учебного процесса.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				
	Знать: - методику обучения способам передвижения на лыжах; - общие основы многолетней подготовки лыжника-гонщика			II

	Уметь: - выполнить имитационные (подводящие) упражнения, используемые лыжниками с целью успешного освоения техники лыжных ходов;			II
ОК-10 готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				
	Знать: - специфику организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий на лыжах в естественных природных условиях в зимний период;			II
	Уметь: - демонстрировать способы передвижения на лыжах;			II
	Владеть: - тестированием профессиональной физической и технической подготовленности в передвижении на лыжах			II
ОПК-5 умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей				
	Знать: - использование занятий лыжами в оздоровлении различных групп населения			II
	Уметь: - определять результаты соревнований в различных спортивно-оздоровительных состязаниях на лыжах			II
ПК-2 умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры				
	Знать: - материально-техническое обеспечение занятий на лыжах, требования к подготовке лыжного инвентаря и мест занятий;			II

4. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок».

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок» **72 академических часов.**

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Экипировка лыжника, подготовка лыж	II	-	1	12		
2	1.1. Инвентарь лыжника	II	-	-	4		
3	1.2. Обувь и одежда лыжника	II	-	0,5	4		
4	1.3. Подготовка лыж	II	-	0,5	4		
5	Раздел 2. Основы техники передвижения на лыжах	II	1	2	13		
6	2.1. Классические и коньковые лыжные ходы	II	1	0,4	3		
7	2.2. Техника преодоления подъемов	II	-	0,4	3		
8	2.3. Техника прохождения спусков и неровностей	II	-	0,4	2		
9	2.4. Техника торможения	II	-	0,4	3		
10	2.5. Повороты в движении и на месте	II	-	0,4	2		
11	Раздел 3. Методика овладения способами передвижения на лыжах	II	1	1	13		
12	3.1. Этапы обучения	II	0,5	0,1	1,5		
13	3.2. Методы и принципы обучения	II	0,5	0,1	1,5		
14	3.3. Подготовка мест занятий и организация обучения	II	-	0,1	1,5		
15	3.4. Методика начального обучения передвижения на лыжах	II	-	0,1	1,5		
16	3.5. Обучение лыжным ходам	II	-	0,1	1,5		
17	3.6. Обучение преодолению подъемов, спусков и неровностей	II	-	0,2	1,5		
18	3.7. Обучение способам торможений и поворотов	II	-	0,2	1,5		
19	3.8. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма	II	-	0,1	2,5		
20	Раздел 4. Организация и проведение оздоровительных	II	-	1	13		

	мероприятий на лыжах						
21	4.1. Лыжи в России – национальное средство оздоровления населения	II	-	0,1	2		
22	4.2. Лыжная подготовка дошкольников	II	-	0,2	2		
23	4.3. Лыжная подготовка школьников	II	-	0,1	2		
24	4.4. Лыжная подготовка учащейся молодежи и военнослужащих	II	-	0,2	2		
25	4.5. Оздоровительно- спортивная деятельность лыжников старшего возраста	II	-	0,2	2		
26	4.6. Использование занятий лыжами в оздоровлении лиц с ограниченными возможностями	II	-	0,2	3		
27	Раздел 5. Организация и проведение спортивно-оздоровительных состязаний на лыжах	II	-	1	13		
28	5.1. Подготовка лыжных трасс	II	-	0,1	2		
29	5.2. Классификация соревнований	II	-	0,2	2		
30	5.3. «Календарный план» и «Положения о соревнованиях»	II		0,1	2		
31	5.4. Общие требования к судейству соревнований	II		0,2	2		
32	5.5. Жеребьевка участников и виды стартов	II	-	0,2	2		
33	5.6. Определение результатов в различных спортивно-оздоровительных состязаниях на лыжах	II	-	0,2	3		
34	Зачет						Зачет
	Итого часов:	72	2	6	64		

К видам учебной работы по данной дисциплине отнесены аудиторные лекционные, практические занятия и внеаудиторная самостоятельная работа студентов.

На лекционных занятиях закладываются основы знаний по истории развития и общей характеристике всех олимпийских видов лыжного спорта, формируется теоретический фундамент для последующего усвоения студентами учебного материала по экипировке лыжника-гонщика, технике передвижения на лыжах, методике обучения, основам многолетней тренировки, использованию лыж в оздоровлении различных групп

населения, организации и проведению спортивно-оздоровительных мероприятий на лыжах.

Практические занятия, включая традиционную форму семинарских, методических, лабораторных и учебную практику, формируют профессиональные умения и навыки по выбору и подготовке инвентаря, обуви, одежды лыжника, подготовке учебных площадок, учебных и тренировочных лыжных трасс, определению качества скольжения и сцепления лыж. Предусматривается овладение техникой передвижения на лыжах, методическими приемами обучения, подбора упражнений, а также освоение основ методики тренировки. Наряду с этим студенты овладевают практическими умениями по организации и проведению спортивно-оздоровительных мероприятий, определению личных и командных результатов соревнований, а также готовятся к выполнению требований по профессиональной физической подготовке. Основные задачи практической формы занятий – углубление профессиональных знаний и овладение навыками их применения в реальной практической деятельности, формирование общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций.

Регулярный контроль за самостоятельной работой студентов осуществляют на консультациях, а также в процессе аудиторных занятий, отводя на это до 10% аудиторного времени. Их проводят преимущественно как отчеты-консультации по каждому выполненному заданию.

В связи с сезонностью лыжного спорта дисциплину, как правило, проходят концентрированно в зимние недели учебного года путем комплексного применения и рационального сочетания в течение одного учебного дня различных аудиторных форм занятий. С учетом этой специфики распределен учебный материал по неделям семестра.

Раздел 1. Экипировка лыжника, подготовка лыж

1.1. Инвентарь лыжника

Практические занятия

Эксплуатационные характеристики лыж, типы лыжных креплений, детали лыжной палки. Представление о современном лыжном инвентаре. Правила безопасности при транспортировке лыжного инвентаря.

Овладение простейшей методикой подбора лыж по длине и жесткости с учетом веса и роста занимающихся, технологией постановки креплений на лыжи, выбором длины и правильным держанием лыжной палки.

Самостоятельная работа

Научиться обращаться с лыжным инвентарем, подбирать лыжи по жесткости с учетом веса и по длине с учетом роста занимающегося, определять оптимальную длину лыжных палок, ставить лыжное крепление. Проработать контрольно-тестовые задания по этой теме.

1.2. Обувь и одежда лыжника

Практические занятия

Особенности классических, коньковых и универсальных лыжных ботинок, выбор лыжной обуви. Требования к одежде лыжника в различных погодных условиях и с учетом продолжительности занятия/прогулки.

Самостоятельная работа

Научиться подбирать лыжные ботинки с учетом стиля передвижения, дифференцировать одежду лыжника в зависимости от изменений погодных условий и с учетом продолжительности занятия, проработать тестовые задания.

1.3. Подготовка лыж

Практические занятия

Простейшие приемы подготовки лыж. Разновидности парафинов и лыжных мазей по назначению (на скольжение, сцепление, грунтовые), структурному состоянию (твердые, порошкообразные, гранулированные, полутвердые, пастообразные, жидкие), цвету (зеленый, синий/голубой, фиолетовый, красный, желтый, серебряный). Специфика подготовки лыж с учетом стиля передвижения (классический, свободный). Способы устранения «отдачи». Приспособления для подготовки лыж. Простейшая методика

тестирования качества скольжения и сцепления лыж. Требования к хранению лыж.

Самостоятельная работа

Овладеть приемами подготовки лыж, очистки скользящей поверхности, выбора и нанесения лыжных мазей и парафинов с учетом стиля передвижения, в соответствии с температурой воздуха, влажностью, состоянием снежного покрова, профиля лыжной трассы, длины дистанции. Научиться определять качество скольжения и сцепления лыж, устранять проскальзывание («отдачу»).

Выполнить контрольно-тестовые задания по подготовке лыж. Подготовиться к итоговому контрольному тестированию по материалу раздела 1.

Раздел 2. Основы техники передвижения на лыжах

2.1. Классические и коньковые лыжные ходы

Лекция

Классификация способов передвижения на лыжах: лыжные ходы, способы подъемов, стойки спусков, способы торможений, поворотов, преодоления неровностей, переходы с хода на ход. Лыжные ходы как основа техники передвижения на лыжах. Признаки их деления на классические и коньковые, одновременные и попеременные, а также с учетом количества шагов в каждом цикле. Специфика классического и свободного стилей передвижения.

Практические занятия

Структура движений в классических ходах: попеременных двух- и четырехшажных, одновременных одно- и двухшажных, бесшажном. Способы переходов с попеременного хода на одновременный и обратно. Специфика движений ног, рук и туловища в коньковых лыжных ходах: полуконьковом, одновременном двухшажном, одновременном одношажном, попеременном, коньковом ходе без отталкивания руками. Смена коньковых лыжных ходов.

Самостоятельная работа

Изучить общую характеристику и овладеть всеми классическими и коньковыми лыжными ходами, подготовиться к зачетному занятию по оценке технической подготовленности, выполнить контрольно-тестовые задания для углубленного освоения специфики движений в различных лыжных ходах.

2.2. Техника преодоления подъемов

Практические занятия

Способы подъемов в различных внешних условиях: лыжными ходами (классическим и коньковыми), «елочкой», «полуелочкой», «лесенкой». Динамика структуры движений в попеременном двухшажном классическом и коньковых ходах на подъемах разной крутизны. Двигательные действия при подъемах «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой».

Самостоятельная работа

Овладеть техникой преодоления подъемов постепенно возрастающей крутизны, последовательно используя лыжные ходы, «полуелочку», «елочку», «лесенку». Подготовиться к зачетному занятию, проработать контрольно-тестовые задания по этой теме.

2.3. Техника прохождения спусков и неровностей

Практические занятия

Высокая, средняя, низкая стойки спусков. Динамика угла сгибания ног и наклона туловища при их выполнении. Наиболее часто встречающиеся неровности на склоне: бугры, впадины, выкаты, встречные склоны. Способы выпрямления траектории движения центра тяжести массы тела лыжника при прохождении различных неровностей.

Самостоятельная работа

Овладеть высокой, средней и низкой стойками спусков, изменением стойки спуска на различных неровностях, подготовиться к зачетному занятию, проработать тестовые задания по теме.

2.4. Техника торможения

Практические занятия

Торможение лыжами, палками, изменением стойки спуска и преднамеренным падением. Структура движений при торможении лыжами: упором («полуплугом»), «плугом», боковым соскальзыванием. Требования к торможению другими способами: палками, изменением стойки спуска, управляемым падением.

Самостоятельная работа

Освоить все способы торможения лыжами на склонах различной крутизны, научиться тормозить палками, изменением стойки спуска и падением (обязательно управляемым), подготовиться к зачетному занятию, освоить правильные варианты ответов по тестовым заданиям данной темы.

2.5. Повороты в движении и на месте

Практические занятия

Повороты в движении: переступанием, упором, «плугом», на параллельных лыжах. Двигательные действия при их выполнении. Основные способы поворотов на месте: переступанием вокруг пяток лыж и махом правой/левой лыжей.

Самостоятельная работа

Овладеть способами поворотов в движении и на месте, подготовиться к зачетному занятию. Выполнить контрольно-тестовые задания по совершенствованию способов передвижения на различном рельефе: подъемах, спусках, при прохождении неровностей и поворотов. Подготовиться к итоговому компьютерному тестированию по материалу раздела 2.

Раздел 3. Методика обучения способам передвижения на лыжах

3.1. Этапы обучения

Лекция

Фазы формирования двигательного навыка: образование, закрепление и совершенствование. Характеристика этапов обучения, их последовательность и взаимосвязь.

Самостоятельная работа

Уяснить взаимосвязь между этапами обучения и фазами формирования двигательного навыка. Проработать контрольно-тестовые вопросы по углублению знаний особенностей этапов обучения, подготовиться к тестированию.

3.2. Методы и принципы обучения

Лекция

Словесные, наглядные, практические методы обучения, их сочетание и соотношение на разных этапах обучения. Словесные методы (беседы, лекции, объяснения, указания, команды, подсчет, разбор, анализ) как основа обучения. Специфика применения словесного метода при проведении занятий в естественных природных условиях, особенно в осенне-зимний период. Показ – основное средство наглядности. Практические методы обучения: целостный и расчлененный. Комплексное применение словесного, наглядного и практического методов обучения.

Основные дидактические принципы обучения: сознательности и активности, доступности и индивидуализации, систематичности. Неразрывность обучения технике и воспитания личности.

Самостоятельная работа

Усвоить теоретический материал, проработать контрольно-тестовые вопросы по методам и принципам обучения, подготовиться к тестированию.

3.3. Подготовка мест занятий и организация обучения

Практические занятия

Особенности подготовки мест занятий на различных этапах обучения технике передвижения на лыжах. Урок как основная форма организации и проведения лыжной подготовки. Использование учебных, учебно-тренировочных, тренировочных, контрольных типов урока на разных этапах обучения. Особенности уроков лыжной подготовки, обусловленные проведением их в естественных природных условиях в зимний период. Части

урока, их содержание и примерная продолжительность. Требования к разработке плана-конспекта.

Самостоятельная работа

Усвоить принципиальные отличия в подготовке мест занятий для разных этапов обучения технике, основные разделы плана-конспекта. Подготовиться к выполнению практических заданий, проработать контрольные вопросы.

3.4. Методика начального обучения передвижению на лыжах

Практические занятия

Задачи, решаемые в период бесснежной подготовки. Ступающий шаг как основное подготовительное упражнение начинающего лыжника. Скользящий шаг – основа техники передвижения на лыжах. Комплекс упражнений начального обучения.

Самостоятельная работа

Овладеть методикой начального обучения: упражнениями- заданиями, включая игровые, для освоения со снежной средой и лыжным инвентарем, обучения ступающему шагу и скольжению на лыжах. Подготовиться к зачетному занятию.

3.5. Обучение лыжным ходам

Практические занятия

Последовательность обучения классическим и коньковым ходам. Основные причины возникновения ошибок, классификация ошибок по двигательным действиям: движения ногами, руками, туловищем. Типичные ошибки при овладении попеременными и одновременными классическими и коньковыми ходами, при переходах с хода на ход.

Самостоятельная работа

Выполнить контрольно-тестовые задания. Разобрать типичные ошибки в работе рук, ног, туловища. Овладеть методикой их исправления. Подготовиться к зачетному занятию, включая разработку плана-конспекта.

3.6. Обучение преодолению подъемов, спусков и неровностей

Практические занятия

Последовательность овладения способами подъемов: лыжными ходами, «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». Специфичные двигательные действия при прохождении подъемов лыжными ходами. Основные требования к выполнению подъемов «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». Движения, контролируемые при обучении высокой, средней и низкой стойкам спусков. Своевременное выпрямление траектории движения при обучении технике преодоления неровностей.

Самостоятельная работа

Проработать контрольно-тестовые задания по обучению способам подъемов и прохождения неровностей, стойкам спусков. Овладеть методикой обучения. Подготовиться к зачетному занятию.

3.7. Обучение способам торможений и поворотов

Практические занятия

Последовательность обучения торможениям лыжами: «плугом», упором, боковым соскальзыванием. Характерные двигательные действия при каждом виде торможения лыжами. Особенности обучения торможениям палками и управляемым падением.

Обучение поворотам в движении: переступанием, «плугом», упором, на параллельных лыжах. Характерные двигательные действия при выполнении различных поворотов в движении и на месте.

Самостоятельная работа

Отобрать и обосновать правильные варианты ответов на контрольно-тестовые задания по данной теме. Освоить методику обучения способам торможений и поворотов, разработать план-конспект зачетного занятия, подготовиться к его проведению.

3.8. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма

Практические занятия

Анализ внешних природных факторов, оказывающих дополнительное воздействие на организм лыжника. Типичные травмы при занятиях лыжами

и причины их возникновения. Методика реализации на практике мер предупреждения травматизма при занятиях на лыжах.

Самостоятельная работа

Изучить типичные травмы лыжника, причины их возникновения и меры предупреждения. Выполнить контрольно-тестовые задания по данной теме. Подготовиться к итоговому компьютерному тестированию по материалу раздела 3.

Раздел 4. Использование занятий лыжами в оздоровлении различных групп населения

4.1. Лыжи в России – национальное средство оздоровления населения

Практические занятия

Анализ распределения снежного покрова на территории России, продолжительность залегания снега в различных регионах от 4 до 8 месяцев в году. Передвижение на лыжах – самое эффективное оздоровительное средство двигательной активности человека в зимнее время. Обоснование достоинств занятий лыжами.

Самостоятельная работа

Внедрить занятия лыжами в зимний период как эффективного средства самооздоровления, прочувствовать их эффективность. Проработать контрольно-тестовые вопросы, подготовиться к тестированию.

4.2. Лыжная подготовка дошкольников

Практические занятия

Особенности организации и проведения лыжных занятий с дошкольниками, специфичные требования к одежде. Простейшие упражнения по обучению первым шагам на лыжах, управлению лыжами, освоению со снежной средой, овладению ступающими и затем скользящими шагами. Обучение лыжным ходам, спуску с небольшого склона и подъему на него, другим доступным ребенку способам передвижения.

Самостоятельная работа

Овладеть простейшими упражнениями на лыжах, которые используют в занятиях с дошкольниками. Подготовиться к зачетному занятию, аттестации по практическим заданиям.

4.3. Лыжная подготовка школьников

Практические занятия

Содержание лыжной подготовки учащихся 1-11-х классов. Преобладание игровой формы занятий со школьниками, особенно младших классов. Учебные нормативы по лыжной подготовке. Теоретические знания, профессиональные умения/навыки, методика самостоятельных занятий. Внеклассная и внешкольная работа с использованием лыж.

Самостоятельная работа

Овладеть программным материалом по лыжной подготовке школьников, методикой проведения игр, игровых упражнений на лыжах. Выполнить контрольно-тестовые задания, подготовиться к зачетному занятию в форме деловой игры.

4.4. Лыжная подготовка учащейся молодежи и военнослужащих

Практические занятия

Формы занятий по лыжной подготовке: обязательные, факультативные, дополнительные, самостоятельные. Распределение учащихся и студентов по отделениям с учетом состояния здоровья, условия формирования и зачисления в отделение спортивного совершенствования. Содержание лыжной подготовки в основном и специальном отделениях, в отделении спортивного совершенствования. Лыжная подготовка военнослужащих.

Самостоятельная работа

Освоить содержание лыжной подготовки учащихся, студентов, военнослужащих, проработать контрольно-тестовые задания, подготовиться к тестированию.

4.5. Оздоровительно-спортивная деятельность

лыжников старшего возраста

Практические занятия

Показатели лыжной нагрузки, обеспечивающие оздоровительный эффект. Оценка физической подготовленности по очковой системе Купера. Деятельность Российского любительского лыжного союза (РЛЛС). Возрастная градация участников соревнований среди лыжников старше 30 лет. Кубок мира мастеров (КММ) как неофициальный чемпионат мира среди лыжников-ветеранов.

Самостоятельная работа

Оценить физическую подготовленность лыжников по заданным показателям нагрузки в передвижении на лыжах за неделю (по Куперу). Подготовиться к защите отчетов по контрольно-тестовым заданиям.

4.6. Использование занятий лыжами в оздоровлении и социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями

Практические занятия

Доступность занятий лыжами для лиц с ограниченными возможностями по слуху, зрению, с заболеваниями опорно-двигательного аппарата и отстающих в умственном развитии. Организация специальных лыжных соревнований для лыжников: Сурдлимпийских игр среди глухих, Паралимпийских игр для лыжников-ампутантов и имеющих серьезные отклонения по зрению, специальных Олимпийских игр для лыжников с отставанием в умственном развитии.

Самостоятельная работа

Ознакомиться со спецификой оздоровительно-соревновательной деятельности среди лыжников с ограниченными возможностями, выполнить контрольно-тестовые задания, подготовиться к итоговому компьютерному тестированию по материалу раздела 4.

Раздел 5. Организация и проведение спортивно-оздоровительных состязаний на лыжах

5.1. Подготовка лыжных трасс

Практические занятия

Определение понятий: лыжная трасса, дистанция, лыжня, трасса для классического и свободного стилей, схема и профиль лыжной трассы. Основные показатели рельефа лыжных трасс: высота, длина и средняя крутизна подъема/спуска, максимальный подъем, перепад высоты, сумма перепадов высот. Подготовка лыжных трасс в бесснежный период и зимой. Особенности в подготовке трасс для классического и свободного стилей. Требования к рельефу лыжных трасс для лыжников разной квалификации.

Самостоятельная работа

Принять участие в подготовке лыжных трасс, выполнить расчеты по характеристике рельефа заданной лыжной трассы и контрольно-тестовые задания.

5.2. Классификация соревнований

Практические занятия

Признаки классификации соревнований: по масштабу и спортивной значимости, с учетом целей и задач, в зависимости от условий зачета и характера определения первенства, по форме организации. Три категории соревнований по лыжным гонкам, основные правила проведения соревнований 3-й категории.

Самостоятельная работа

Проработать контрольно-тестовые вопросы по классификации соревнований, подготовиться к тестированию.

5.3. «Календарный план» и «Положение о соревнованиях»

Практические занятия

Требования к разработке «Календарного плана». Основные разделы «Положения о соревнованиях» как руководящего и финансового документа. Правила оформления заявки на участие в соревнованиях и карточки участника. Информация, включаемая в «Программу» соревнований 3-й категории.

Самостоятельная работа

Разработать «Календарный план», «Положение о соревнованиях», составить заявку, заполнить карточки участников (по заявке), подготовиться к аттестации по контрольно-тестовым заданиям.

5.4. Общие требования к судейству соревнований

Практические занятия

Минимальный численный состав судейской коллегии на соревнованиях 3-й категории, при проведении нормативно-зачетных соревнований с небольшим количеством участников. Специфичные для лыжных соревнований обязанности начальника трасс, выполняемые в процессе и по завершении соревнований. Особенности судейства массовых соревнований по лыжным гонкам.

Самостоятельная работа

Изучить основные положения правил проведения соревнований по лыжным гонкам 3-й категории. Подготовиться к судейству соревнований и выполнить контрольно-тестовые задания.

5.5. Жеребьевка участников и виды стартов

Практические занятия

Цель проведения жеребьевки. Правила проведения простейшей жеребьевки по карточкам участников. Протокол старта участников как итоговый документ жеребьевки. Виды старта: одиночный, парный, групповой, общий (массовый), старт преследования. Методика расчета времени интервального старта по номеру участника, подготовка стартового протокола.

Самостоятельная работа

Овладеть навыками проведения жеребьевки по карточкам участников, научиться делать расчеты времени старта по номеру участника, подготовиться к выполнению контрольно-тестовых заданий и разработке стартового протокола.

5.6. Определение результатов в различных спортивно-оздоровительных состязаниях на лыжах

Практические занятия

Лыжные гонки как объективно оцениваемый вид спорта, но без регистрации рекордов. Методика определения результатов соревнований, проводимых с использованием одиночного, парного и группового видов старта. Особенности старта и определения результатов в лыжной гонке преследования, лыжном спринте, в эстафетных соревнованиях и при массовом старте. Простейшие способы определения командных и индивидуальных результатов за серию стартов. Специальные способы оценки результатов соревнований лыжников-ветеранов. Перерасчет результатов по возрастному коэффициенту. Новые модели организации и проведения оздоровительных спортивно-развлекательных состязаний на лыжах.

Самостоятельная работа

Овладеть методикой определения результатов участников всех разновидностей соревнований по лыжным гонкам, простейшими системами подведения итогов командных и индивидуальных кубковых соревнований, специфичными способами расчета результатов соревнований лыжников-ветеранов. Подготовиться к выполнению контрольно-тестовых заданий по определению результатов и итоговому компьютерному тестированию по материалу раздела 5.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок».

Контрольные вопросы и практические задания для проведения промежуточной аттестации (зачет)

Вопросы для устного ответа (ОК-8 знать)

1. Классификация способов передвижения на лыжах:

классические и коньковые лыжные ходы;

переходы с хода на ход;

способы подъемов;

стойки спусков;

способы торможений;

способы поворотов в движении и на месте;

преодоление неровностей.

2. Понятие о классическом и свободном стилях передвижения.

3. Словесные, наглядные и практические методы обучения.

4. Основные дидактические принципы обучения.

5. Особенности организации овладения способами передвижения на лыжах.

6. Специфичные требования к подготовке мест занятий с учетом способа передвижения.

Вопросы для устного ответа (ОК-8 уметь)

1. Укажите количество и название этапов обучения технике передвижения на лыжах.

2. Части урока, их содержание и примерная относительная продолжительность.

3. Требования к разработке плана-конспекта.

4. Начальное обучение владению лыжным инвентарем, ступающему и скользящему шагу, управлению лыжами, освоению со снежной средой.

5. Признаки деления лыжных ходов на классические и коньковые, одновременные и попеременные, а также с учетом количества шагов в цикле хода.

6. Понятие о классическом и свободном стилях передвижения.

Вопросы для устного ответа (ОК-10 знать)

1. Виды старта в соревнованиях по лыжным гонкам.

2. Понятия о лыжной трассе, дистанции, лыжне, трассе для классического и свободного стилей.

Вопросы для устного ответа (ОК-10 уметь)

1. Расчет времени интервального старта по номеру участника.
2. Методика определения результатов соревнований различного формата.
3. Простейшие способы определения командных и индивидуальных результатов за серию стартов.
4. Специальные системы оценки результатов в соревнованиях лыжников-ветеранов.
5. Методика перерасчета результатов по возрастному коэффициенту.
6. Методика овладения техникой передвижения на лыжах: классическими и коньковыми ходами, переходами с одного хода на другой, способами подъемов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей.
7. Типичные ошибки при овладении попеременными и одновременными классическими и коньковыми лыжными ходами.
8. Последовательность овладения различными лыжными ходами, способами подъемов, спусков, торможений, поворотов.

Вопросы для устного ответа (ОК-10 владеть)

1. Повышение психологической устойчивости лыжников-гонщиков к неблагоприятным внешним условиям в соревновательной деятельности.
2. Тактическая подготовленность в соревновательной деятельности лыжников-гонщиков.
3. Характерные особенности соревновательной деятельности лыжников-гонщиков.

Вопросы для устного ответа (ОПК-5 знать)

1. Передвижение на лыжах – эффективное средство двигательной активности в зимнее время.
2. Обоснование оздоровительной эффективности занятий лыжами.

3. Показатели нагрузки в передвижении на лыжах оздоровительной направленности.
4. Оценка величины нагрузки в передвижении на лыжах и физической подготовленности по системе Купера (в очках).
5. Использование занятий лыжами в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию.

Вопросы для устного ответа (ОПК-5 уметь)

1. Основные показатели рельефа лыжной трассы: высота, длина и крутизна подъема, спуска, перепад высоты.
2. Особенности подготовки лыжных трасс для различного стиля передвижения.
3. Требования к рельефу лыжных трасс для оздоровительных целей.
4. Специфичные требования к организации и проведению оздоровительных мероприятий на лыжах.

Вопросы для устного ответа (ПК-2 знать)

1. Эксплуатационные характеристики лыж, типы лыжных креплений, детали лыжной палки.
2. Требования к одежде и обуви лыжника-гонщика.
3. Общая характеристика лыжных мазей и парафинов.
4. Технология смазки лыж и нанесения парафина.

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы студентов

1. Изучить теоретический материал по всем разделам рабочей программы дисциплины.
2. Усвоить характерные особенности двигательной деятельности и определения результатов в олимпийских видах лыжного спорта: лыжные гонки.

3. Проработать контрольно-тестовые задания по характеристике олимпийских видов спорта, подготовиться к компьютерному тестированию.
4. Овладеть простейшей методикой выбора лыжного инвентаря, обуви, одежды лыжника.
5. Овладеть общими приемами подготовки лыж с учетом стиля передвижения и погодных условий.
6. Усвоить простейшую методику определения качества скольжения и сцепления лыж.
7. Проработать контрольно-тестовые задания по экипировке лыжника, подготовиться к компьютерному тестированию.
8. Овладеть основами техники всех способов передвижения на лыжах: лыжные ходы, способы подъемов, спусков, поворотов, торможений, преодоления неровностей.
9. Проработать контрольно-тестовые задания по основам техники передвижения на лыжах, подготовиться к компьютерному тестированию.
10. Усвоить требования к подготовке мест занятий на разных этапах обучения технике передвижения на лыжах.
11. Овладеть основами методики начального обучения способам передвижения на лыжах.
12. Разработать план-конспект и подготовиться к контрольному занятию по обучению заданному способу.
13. Проработать контрольно-тестовые задания по методике обучения технике и подготовиться к компьютерному тестированию.
14. Усвоить основы многолетней подготовки лыжника, специфику построения годичного цикла тренировки, характерные особенности методов тренировки, средства тренировки, в т.ч. в бесснежный период.
15. Подготовиться к проведению фрагмента тренировки заданным методом.

16. Проработать контрольно-тестовые задания по общим основам многолетней подготовки лыжника, подготовиться к компьютерному тестированию.
17. Усвоить основы лыжной подготовки дошкольников, школьников, учащейся молодежи, военнослужащих, населения старшего возраста, инвалидов различных категорий.
18. Овладеть простейшей методикой дозирования нагрузки в передвижении на лыжах оздоровительной направленности с учетом возраста, уровня здоровья и подготовленности.
19. Проработать контрольно-тестовые задания по использованию лыжной подготовки в оздоровлении различных групп населения, подготовиться к компьютерному тестированию.
20. Выполнить простейшие расчеты показателей, характеризующих рельеф трасс.
21. Принять участие в организации и судействе, разработке документов планирования и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий на лыжах.
22. Овладеть способами определения результатов в соревнованиях по лыжным гонкам различного формата.
23. Проработать контрольно-тестовые задания по организации и проведению физкультурно-спортивных мероприятий с использованием лыж, подготовиться к компьютерному тестированию.
24. Регулярно использовать занятия лыжами как средства самооздоровления, сохранения и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, подготовиться к тестированию профессиональной физической подготовки в передвижении на лыжах.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок»

а) Основная литература:

1. Раменская, Т. И. Лыжные гонки : учебник : рек. Министерством образования и науки РФ / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Буки Веди, 2015. – 563 с.

2. Фарбей, В. Вл. Практикум по лыжному спорту : учеб. – метод. пособие : рек. УМО / В. Вл. Фарбей, Г. В. Скорохватова, В. В. Фарбей ; Рос. гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена. – СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. – 147 с.

б) Дополнительная литература:

1. Раменская, Т. И. Лыжный спорт : учебник : рек. УМО / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Флинта: Наука, 2004. – 319 с.

2. Раменская, Т.И. Лыжный спорт : учебное пособие : рек. УМО / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Физическая культура, 2005. – 224 с.

3. Лыжный спорт : учебник [Электронный ресурс] / А. Г. Баталов, Т. И. Раменская. – М. : РГУФКСМиТ, 2013. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. интернет-ресурс федерации лыжных гонок России www.flgr.ru

2. интернет-ресурс международной федерации лыжного спорта www.fis-ski.com

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжного спорта», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля): «Методика преподавания лыжных гонок»*

Операционная система – Microsoft Windows.

Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

«Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru

Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru

Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок».

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Экспозиции лыжного спорта.
4. Комплекты лыжного инвентаря (лыжи, крепления, ботинки, палки).

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Методика преподавания лыжных гонок» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, 1 курса направления подготовки 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)" направленности (профилю) – "Физическая реабилитация" заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)

І. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики лыжного и конькобежного спорта, фигурного катания на коньках

Сроки изучения дисциплины: с 30.01. 2017 по 16.02.2017 г.

Форма промежуточного контроля: **зачет – II семестр**

ІІ. ВИДЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на заочной форме обучения	Оценка в баллах
1.	Посещение практических занятий (обязательное посещение практических занятий в объёме не менее 50 %)	<i>В течение семестра</i>	10,5
2.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 2. «Основы техники передвижения на лыжах»	<i>II семестр</i>	1,5 /ОК-8 знать
3.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 3. «Методика обучения способам передвижения на лыжах»	<i>II семестр</i>	1,5 /ОК-8 знать
4.	Тесты действий по теме 2.1. Выполнение имитационных упражнений (подводящих), на месте и в движении с целью успешного освоения техники классических способов передвижения	<i>II семестр</i>	9 /ОК-8 уметь
5.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 5. «Организация и проведение спортивно-оздоровительных состязаний на лыжах»	<i>II семестр</i>	1,5 /ОК-10 знать
6.	Виртуальная лабораторная работа № 1 по теме 7.6. «Определение результатов в различных спортивно-оздоровительных состязаниях на лыжах»	<i>II семестр</i>	5 /ОК-10 уметь
7.	Разноуровневые задания по теме 3.1. Демонстрация владения основами техники передвижения на лыжах классическими лыжными ходами.	<i>II семестр</i>	9 / ОК-10 уметь

8.	Разноуровневые задания по темам 3.2.-3.5. Демонстрация владения основами техники преодоления подъемов, спусков и неровностей, торможения на лыжах, поворотов на месте и в движении	<i>II семестр</i>	9 / ОК-10 уметь
9.	Соревнование (тестирование физической и технической подготовленности в передвижении на лыжах)	<i>II семестр</i>	10/ ОК-10 владеть
10.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 4. «Использование занятий лыжами в оздоровлении различных групп населения»	<i>II семестр</i>	1,5 /ОПК-5 знать
11.	Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 1. «Экипировка лыжника, подготовка лыж»	<i>II семестр</i>	1,5 /ПК-2 знать
12.	Собеседование по дисциплине (является обязательным)	<i>II семестр</i>	20
	Сдача зачета	<i>II семестр</i>	20
	Итого		100

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Оценка в баллах
1.	Написание реферата на одну из предложенных тем (выбор тем представлен в основном разделе системы МООДУС)	5
2.	Решение практических заданий с целью овладения способами определения результатов в соревнованиях по лыжным гонкам различного формата	10
3.	Создание презентации на одну из тем по разделам 1-7	5
5	Определение показателей лыжной нагрузки, обеспечивающий оздоровительный эффект (оценка физической подготовленности по очковой системе Купера)	5
6	Выполнение расчетов показателей, характеризующих рельеф заданной лыжной трассы	5
7	Разработка основных документов планирования и проведения физкультурно-спортивных мероприятий по лыжным гонкам	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

V. ИТОГОВАЯ ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ СТУДЕНТОВ

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплине, заканчивающейся зачётом

Набранные баллы	51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Зачет/незачет	Не зачёт			Зачёт		
Оценка по шкале ECTS	F Неудовл.	E Посредств	D Удовлетво р.	C Хорошо	B Очень хорошо	A Отлично

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт спорта и физического воспитания

**Кафедра теории и методики лыжного и конькобежного спорта,
фигурного катания на коньках**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.Б.15.5 «Методика преподавания лыжных гонок»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.02 «Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая
культура)»
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Физическая реабилитация»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок» составляет 72 академических часов (заочная форма обучения).

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок»: заочная (ускоренное обучение на базе ВПО) - 2 семестр.

3. Цель освоения дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок»:

овладение общекультурными, общепрофессиональными и профессиональными компетенциями по дальнейшему развитию лыжного спорта как одного из наиболее эффективных средств сохранения и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, обеспечения активного долголетия, физического и нравственного совершенствования различных возрастных групп населения и как популярного в России зимнего олимпийского вида спорта.

Дисциплина «Методика преподавания лыжных гонок» реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «Методика преподавания лыжных гонок»:

ОК-8 - способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОК-10 готовностью к достижению должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОПК-5 умением планировать содержание занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей

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

5. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Методика преподавания лыжных гонок» составляет **72 академических часов**.

Заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Экипировка лыжника, подготовка лыж	II	-	1	12		
2	1.1. Инвентарь лыжника	II	-	-	4		
3	1.2. Обувь и одежда лыжника	II	-	0,5	4		
4	1.3. Подготовка лыж	II	-	0,5	4		
5	Раздел 2. Основы техники передвижения на лыжах	II	1	2	13		
6	2.1. Классические и коньковые лыжные ходы	II	1	0,4	3		
7	2.2. Техника преодоления подъемов	II	-	0,4	3		
8	2.3. Техника прохождения спусков и неровностей	II	-	0,4	2		
9	2.4. Техника торможения	II	-	0,4	3		
10	2.5. Повороты в движении и на месте	II	-	0,4	2		
11	Раздел 3. Методика овладения способами передвижения на лыжах	II	1	1	13		
12	3.1. Этапы обучения	II	0,5	0,1	1,5		
13	3.2. Методы и принципы обучения	II	0,5	0,1	1,5		
14	3.3. Подготовка мест занятий и организация обучения	II	-	0,1	1,5		
15	3.4. Методика начального обучения передвижения на лыжах	II	-	0,1	1,5		
16	3.5. Обучение лыжным ходам	II	-	0,1	1,5		
17	3.6. Обучение преодолению подъемов, спусков и неровностей	II	-	0,2	1,5		

18	3.7. Обучение способам торможений и поворотов	П	-	0,2	1,5		
19	3.8. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма	П	-	0,1	2,5		
20	Раздел 4. Организация и проведение оздоровительных мероприятий на лыжах	П	-	1	13		
21	4.1. Лыжи в России – национальное средство оздоровления населения	П	-	0,1	2		
22	4.2. Лыжная подготовка дошкольников	П	-	0,2	2		
23	4.3. Лыжная подготовка школьников	П	-	0,1	2		
24	4.4. Лыжная подготовка учащейся молодежи и военнослужащих	П	-	0,2	2		
25	4.5. Оздоровительно- спортивная деятельность лыжников старшего возраста	П	-	0,2	2		
26	4.6. Использование занятий лыжами в оздоровлении лиц с ограниченными возможностями	П	-	0,2	3		
27	Раздел 5. Организация и проведение спортивно-оздоровительных состязаний на лыжах	П	-	1	13		
28	5.1. Подготовка лыжных трасс	П	-	0,1	2		
29	5.2. Классификация соревнований	П	-	0,2	2		
30	5.3. «Календарный план» и «Положения о соревнованиях»	П		0,1	2		
31	5.4. Общие требования к судейству соревнований	П		0,2	2		
32	5.5. Жеребьевка участников и виды стартов	П	-	0,2	2		
33	5.6. Определение результатов в различных спортивно-оздоровительных состязаниях на лыжах	П	-	0,2	3		
34	Зачет						Зачет
	Итого часов:	72	2	6	64		

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра физической реабилитации и оздоровительной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Б1.Б.16 ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Направление подготовки: 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)"

Профиль: физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная и заочная ускоренная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол №66 от 26 апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
физической реабилитации и оздоровительной
физической культуры
Протокол №39 от 8 июня 2017 г.

Составители:

Иванова Надежда Леонидовна, к.п.н., доц., доцент; Михайлова Марина
Геннадьевна к.п.н., доц., доцент кафедры физической реабилитации и
оздоровительной физической культуры РГУФКСМиТ

Рецензент:

Тарасов Александр Викторович, к.м.н., доцент, доцент кафедры спортивной
медицины РГУФКСМиТ



1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины: получение знаний, формирование методических и практических умений и навыков в области технологий физкультурно-спортивной деятельности (ТФСД) для поддержания, улучшения и восстановления состояния здоровья населения средствами и методами оздоровительной физической культуры (ОФК) и физической реабилитации студентами, обучающимися по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)».

Образовательная деятельность по дисциплине осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина Б1.Б.16 «ТФСД» относится к базовой части ООП, преподается на 1-4 курсах – очная, заочная и заочная (ускоренная) формы обучения.

Изучению дисциплины должно предшествовать (или идти параллельно) изучение следующих учебных дисциплин: анатомии, физиологии, педагогики, психологии, теоретико-методологических основ физической реабилитации, частной патологии и др.

Знания, умения и навыки, полученные в рамках изучения данной дисциплины, будут необходимы студентам при прохождении различных видов практик, а также при подготовке к Государственной итоговой аттестации.

Дисциплина «ТФСД» играет важную роль в системе подготовки бакалавров по адаптивной физической культуре (АФК), формирующей профессиональные навыки будущего педагога, тренера, инструктора-методиста в этой сфере практической деятельности.

Учебная работа по освоению курса проводится в форме практических занятий в Университете, а также в форме самостоятельной работы.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «ТФСД», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	Заочная ускоренная форма обучения
1	2	3	4	5
ОПК - 10	Знать: - основные заболевания и причины их возникновения у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	1-7	2, 4, 6, 8	2,3,4,5,6,8
	Владеть: - навыками применения полученных знаний для составления реабилитационных, коррекционно-развивающих и иных программ с учетом особенностей протекания заболевания.	1-7	2, 4, 6, 8	2,3,4,5,6,8
ПК -13	Знать: - основные классификации физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - основные принципы проведения комплексов физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья;	1-7	2, 4, 6, 8	2,3,4,5,6,8
	Уметь: - подбирать наиболее эффективные средства и методы воздействия для лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций;	1-7	2, 4, 6, 8	2,3,4,5,6,8
	Владеть: - методами индивидуальной и групповой физкультурно-оздоровительной работы с лицами с отклонениями в состоянии здоровья.	1-7	2, 4, 6, 8	2,3,4,5,6,8
ПК-21	Владеть: навыками подбора и проведения комплекса мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).	1-7	2, 4, 6, 8	2,3,4,5,6,8

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 14 зачетных единиц, 504 академических часа.

очная форма обучения (профили ФР и ЛФК)

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста (часть 1).	1	-	18	18		
2.	Раздел 2. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста (часть 2).	2	-	18	18		
3.	Раздел 3. Особенности организации занятий физической культурой в специальных медицинских группах школ и ВУЗов.	3	-	28	44		
4.	Раздел 4. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 1).	4	-	44	136		
5.	Раздел 5. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 2).	5	-	16	29		
6.	Раздел 6. Организация занятий ОФК для беременных.	6	-	18	45		
7.	Раздел 7. Организация физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста.	7	-	28	44		

	Итого	504			170	334		Дифференцированный зачет

заочная форма обучения (профиль ФР)

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста (часть 1).	2	-	6	66		
2.	Раздел 2. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста (часть 2).	2	-	6	66		
3.	Раздел 3. Особенности организации занятий физической культурой в специальных медицинских группах школ и ВУЗов.	4	-	14	58		
4.	Раздел 4. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 1).	6	-	4	104		
5.	Раздел 5. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 2).	6	-	4	104		
6.	Раздел 6. Организация занятий ОФК для беременных.	8	-	4	30		
7.	Раздел 7. Организация физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста.	8	-	2	36		
	Итого	504	-	40	464		Дифференцированный зачет

заочная (ускоренная) форма обучения (профиль ФР)

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста (часть 1).	2	-	2	25		
2.	Раздел 2. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста (часть 2).	2	-	2	25		
3.	Раздел 3. Особенности организации занятий физической культурой в специальных медицинских группах школ и ВУЗов.	3	-	8	36		
4.	Раздел 4. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 1).	4	-	6	40		
5.	Раздел 5. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 2).	5	-	-	90		
6.	Раздел 6. Организация занятий ОФК для беременных.	6	-	14	166		
7.	Раздел 7. Организация физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста.	8	-	8	82		
	Итого 504		-	40	464		Дифференцированный зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Форма промежуточной аттестации по дисциплине – дифференцированный зачет (на 4 курсе).

Перечень примерных вопросов для подготовки к зачету по дисциплине «ТФСД»

1. Анатомо-физиологические и психолого-педагогические особенности детей дошкольного возраста.
2. Влияние занятий оздоровительной физической культурой на здоровье детей.
3. Принципы построения комплекса занятия по физическому воспитанию (части занятия, виды упражнений, исходные положения).
4. Принципы проведения занятий по физическому воспитанию (метод проведения занятий, музыкальное сопровождение и др., учет психофизиологических особенностей детского возраста).
5. Значение проведения различных форм оздоровительной физической культуры на воздухе.
6. Методика проведения прогулок (длительность прогулки с учетом возраста ребенка, прогулки пешеходные по территории детского сада, лыжные прогулки, расстояние, время проведения, велосипедные прогулки).
7. Методика организации маршрутов «здоровья» в условиях детского сада.
8. Влияние оздоровительного плавания на здоровье детей.

9. Характеристика различных способов плавания. Противопоказанные и рекомендованные способы плавания.
10. Методика обучения плаванию детей (составление примерного комплекса, разминка, методика обучения технике плавания на суше, упражнения в воде).
11. Понятие о подвижных играх. Игры на месте, малоподвижные, подвижные, спортивные. Виды игр: ролевые, сюжетные и т.д. Спартианские игры для детей дошкольного возраста.
12. Влияние занятий подвижными играми на здоровье и физическую подготовленность детей дошкольного возраста. Место и время проведения подвижных игр в условиях детского сада.
13. Методика закаливания детей дошкольного возраста.
14. Медико-педагогические методы контроля при проведении различных форм ОФК (двигательные тесты, определение ЧСС и ЧД на занятиях лечебной гимнастикой и др.).
15. Понятие о наиболее распространённых заболеваниях у школьников и студентов.
16. Организация занятий по физическому воспитанию школьников в специальных медицинских группах (СМГ).
17. Организация занятий по физическому воспитанию студентов в СМГ.
18. Методика проведения занятий ФК в СМГ при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
19. Методика проведения занятий ФК в СМГ при заболеваниях дыхательной системы.
20. Методика проведения занятий ФК в СМГ при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и органов мочевого выделения.
21. Методика проведения занятий ФК в СМГ при нарушениях обмена веществ.
22. Методика проведения занятий ФК в СМГ при заболеваниях и нарушениях ОДА.

23. Методика проведения занятий ФК в СМГ при заболеваниях нервной системы.
24. Методика проведения занятий ФК в СМГ при нарушениях зрения.
25. Врачебно-педагогический контроль на занятиях ФК в СМГ.
26. Цель физкультурно-оздоровительных занятий с людьми среднего возраста. Специфика задач, решаемых в процессе физкультурно-оздоровительных занятий.
27. Организация физкультурно-оздоровительных занятий. Критерии подбора вида физических упражнений для занятий. Особенности физкультурно-оздоровительных занятий в групповой форме.
28. Краткая характеристика занятий в физкультурно-оздоровительных группах, секциях по видам спорта, клубах по спортивным интересам, школах здоровья.
29. Организационно-методические особенности самостоятельных занятий физических упражнений. Преимущества и недостатки самостоятельных занятий физическими упражнениями.
30. Методы оценки физического здоровья в оздоровительной физической культуре.
31. Оздоровительное значение аэробных упражнений. Требования к содержанию физической тренировки для достижения оздоровительного эффекта. Профилактическая эффективность циклических аэробных упражнений.
32. Краткая характеристика занятий наиболее распространенными видами циклических упражнений (ходьба, бег, плавание, ходьба на лыжах).
33. Игровые упражнения в оздоровительной тренировке.
34. Особенности дозирования физической нагрузки при занятиях различными играми.
35. Методика занятий упражнениями гимнастической направленности в оздоровительной тренировке.

36. Гидрокинезотерапия и аква-фитнесс для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
37. Особенности методики занятий на тренажёрах при различных заболеваниях и повреждениях.
38. Методы оценки физического здоровья в оздоровительной физической культуре.
39. Анатомо-функциональные особенности организма во время беременности.
40. Занятия ОФК при беременности (показания и противопоказания). Классические методики применения физических упражнений.
41. Методы врачебно-педагогических наблюдений при занятиях ОФК при беременности.
42. Занятия аэробикой при беременности.
43. Методика проведения занятий с элементами Хатха-Йоги для беременных.
44. Пилатес для беременных: теория и практика.
45. Тренажёрные технологии для беременных: методика занятий на тренажёрах (кардио- и силовых тренажёрах).
46. Организация занятий с большими гимнастическими мячами для беременных (фитболтерапия).
47. Организация занятий лечебным плаванием и аква-аэробикой при беременности.
48. Организация физкультурно-оздоровительной работы по месту жительства с лицами зрелого и пожилого возраста.
49. Оздоровительные и досуговые формы физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста.
50. Организация и содержание занятий в группах здоровья с лицами зрелого и пожилого возраста
51. Методика физкультурно-оздоровительных занятий с лицами зрелого и пожилого возраста.

52. Врачебно-педагогический контроль и самоконтроль при занятиях с лицами зрелого и пожилоговозраста.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

1. ЛФК: учебник для студ. высш. уч. зав./С.Н. Попов, Н.М. Валеев, Т.С. Гарасёва и др.; Под. ред. С.Н. Попова.- М.: ИЦ «Академия», 2013. – 416с.
2. Козырева, О.В. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия: учеб. слов.-справ. : учеб. пособие : рек. Эксперт.-метод. советом РГУФКСиТ (ГЦОЛИФК) к использованию в учеб. процессе / О.В. Козырева, А.А. Иванов. - М.: Сов. спорт, 2010. - 278 с.
3. Физическая реабилитация : в 2 т. : учеб. для студентов бакалавриата и магистратуры по направлению подгот. "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья": рек. эмс ИНПО ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / под ред. С.Н. Попова. - М.: Academia, 2013.
4. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учеб. пособие для студентов вузов / Н. Ж. Булгакова и др. - М.: Академия, 2005. – 429с.
5. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлениям 034300 и 034400 : рек. УМО вузов РФ / [авт.-сост.: О.Э. Аксенова, С.П. Евсеев]; под общ. ред. С.П. Евсеева. - М.: Сов. спорт, 2013. - 386 с.

б) Дополнительная литература:

1. Велитченко, В.К. Физкультура для ослабленных детей: метод. пособие для дошкол., общеобраз. и доп. образ. учрежд. - М.: Терра-спорт, 2000. – 167с.

2. Козырева, О.В. Если ребенок часто болеет: пособие для педагогов и инструкторов физической культуры. - М.: Просвещение, 2008. – 96с.

3. Лисицкая, Т.С. Аэробика: в 2 т. / Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. - М.: Федерация аэробики России, 2002.

4. Лечебная физическая культура: справочник/под ред. проф. В.А. Епифанова. - М.: Медицина, 2004.- 592с.

5. Лоуренс, Д. Аквааэробика. Упражнения в воде/ пер. с англ. А. Озерова. - М.: Гранд-Фаир, 2000. – 255с.

6. Медицинская реабилитация: руководство/ Под ред. акад. РАМН, проф. В.М. Боголюбова, в 3-х томах. - М., 2007.

7. Михайлова, М.Г. Лечебная физическая культура для часто болеющих детей в условиях детского образовательного учреждения: метод. разраб. для студентов РГУФКСиТ / М.Г. Михайлова, Н.Л. Иванова ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: Физ. культура, 2009. - 31 с.

8. Справочник по детской лечебной физкультуре/ Под ред. М.И. Фонарева. - Л.: Медицина, 1983. – 360 с.

9. Страковская, В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет / Страковская В.Л. - М.: Новая шк., 1994. – 288 с.

10. Тиунова, О.В. Организация физкультурно-оздоровительной работы с людьми пожилого и старшего возраста: метод. рекомендации. Ком. физ. культуры и спорта г. Москвы, Ин-т соц. инициатив, ВНИИФК и спорта. - М.: Де Ново, 2004. – 32с.

11. Толкачев, Б.С. Физкультура против недуга. - 2-е изд. - М.: ФиС, 1984. - 80с.

12. Физкультурно-оздоровительная работа с людьми пожилого возраста: метод. рекомендации. Ч.1. / Всерос. науч.-исслед. ин-т физ. культуры и спорта (ВНИИФК). - М.: Сов. спорт, 2003. – 207с.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.maam.ru/obrazovanie/zanyatiya-po-fizkulture> - занятия по физкультуре в детском саду.

2. <http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2006N1/p19-23.htm>

Бабенкова Е.А. Виды контроля за детьми с отклонениями в состоянии здоровья/ Е.А. Бабенкова, Т.М. Параничева// Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2006. - N1. - С. 19-23.

3. <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2005N3/p43-45.htm>

Балашова В.В. Здоровьеформирующие технологии в физическом воспитании студентов Тольяттинского государственного университета. / В.В. Балашова // Теория и практика физ. культуры. - 2005. - N3. - С. 43-45.

4. <http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2000N4/p42-47.htm>

Головина Л.Л. Формирование осанки у младших школьников нетрадиционными оздоровительными средствами/ Головина Л.Л., Копылов Ю.А., Сковородникова Н.В. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2000. - N4. - С. 42-47.

5. <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2005N1/p52-54.htm>

Горбунов Н.П. Эффективность силовых упражнений в процессе физического воспитания студенток, отнесенных к специальной медицинской группе / Н.П. Горбунов, Г.А. Гавроница // Теория и практика физ. культуры. - 2005. - N1. - С. 52-54.

6. <http://www.fortunaa.okis.ru/fitbol.html> - упражнения с фитболами

7. <http://2-fit.ru/fitnesforall/aerobics.html> - аэробика

8. <http://www.kid.ru/pregnancy/index40.php3>- гимнастика для беременных женщин.

9. <http://www.7ya.ru/article/fizkultura-dlya-pozhilyh-lyudej/>-физкультура для пожилых людей.

г) **Перечень информационных технологий**, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – MicrosoftOfficeStandard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - AdobeAcrobatDC.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

Приложения к рабочей программе дисциплины

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Б1.Б.16 «ТФСД» для обучающихся института ТРРиФ, 1 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профиля физическая реабилитация очной, заочной и заочной ускоренной форм обучения

І. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины: 1-2 семестр (очная форма, профили ФР и ЛФК), 2 семестр (заочная и заочная (ускоренная) формы обучения, профиль ФР).

Форма промежуточной аттестации: дифф. зачет (7 семестр- очная форма, 8 семестр – заочная и заочная (ускоренная) формы обучения).

ІІ. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Написание и защита примерного комплекса занятия по физическому воспитанию (ФВ)	4-14 неделя	10 баллов
2	Написание и защита примерного комплекса занятия по оздоровительному плаванию	23-37 неделя	10 баллов
3	Написание и защита плана-конспекта подвижной игры	24-38 неделя	10 баллов
4	Написание рефератов по темам из раздела 1 и 2 «Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста»	1-15 неделя, 20-41 неделя	20 баллов (по 10 баллов за 1 реферат)
5	Опрос по разделу 1	14 неделя	16 баллов
6	Опрос по разделу 2	39 неделя	16 баллов



7	Посещение занятий	В течение учебного года	18б. = 1 балл за 1 занятие (18 занятий – очная форма)
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме «Организация работы по оздоровительной физической культуре в условиях детского сада».	15
2	Реферат по теме «Методика проведения оздоровительных занятий на воздухе (прогулки, игры и т.д.)».	10
3	Написание и защита плана-конспекта занятия по ФВ для дошкольников (или оздоровительному плаванию).	10
4	Написание и защита плана-конспекта подвижной игры.	5
5	Реферат по теме «Закаливающие процедуры для детей дошкольного возраста».	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости в соответствии с набранными обучающимся баллами по дисциплинам, завершающихся дифф.зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Б1.Б.16 «ТФСД» для обучающихся института ТРРиФ, 2 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профиля физическая реабилитация очной и заочной ускоренной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины: 3-4 семестр (очная, профиль ФР и ЛФК и заочная (ускоренная), профиль ФР).

Форма промежуточной аттестации: дифф. зачет (7 семестр- очная форма, 8 семестр – заочная (ускоренная) формы обучения).

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Написание и защита планов-конспектов занятий ФК при различных заболеваниях в СМГ.	2-15 неделя	20 баллов (по 10 баллов за 1 конспект)
2	Опрос по разделу 3 «Особенности организации занятий физической культурой в специальных медицинских группах школ и ВУЗов»	14 неделя	15 баллов
3	Написание и защита реферата по разделу 3 (тема на выбор).	2-13 неделя	10 баллов
4	Написание и защита примерного плана-конспекта занятия ОФК.	23-39 неделя	10 баллов
5	Написание и защита реферата по разделу 4 (тема на выбор).	22-40 неделя	12 баллов
6	Опрос по разделу 4 «Кондиционная оздоровительная тренировка (часть I)»	41 неделя	15 баллов
7	Посещение занятий	В течение учебного года	18б.= 0,5 балла за 1 занятие (36 занятий- очная форма)

	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Реферат по теме из раздела 3 (на выбор).</i>	15
2	<i>Опрос по разделу 3 «Особенности организации занятий физической культурой в специальных медицинских группах школ и ВУЗов»</i>	15
3	<i>Написание и защита плана-конспекта занятия ФК в СМГ.</i>	5
4	<i>Контрольная работа на тему: «Методика проведения занятий циклическими аэробными упражнениями в оздоровительной физической культуре (бег, ходьба, плавание и др.)»</i>	10
5	<i>Собеседование по теме: «Методика занятий игровыми видами спорта в ОФК»</i>	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости в соответствии с набранными обучающимся баллами по дисциплинам, завершающихся дифф. зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Б1.Б.16 «ТФСД» для обучающихся института ТРРиФ, 2 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профиля физическая реабилитация заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины: 4 семестр (заочная форма обучения).

Форма промежуточной аттестации: *дифф. зачет (8 семестр – заочная форма обучения).*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Написание и защита планов-конспектов занятий ФК при различных заболеваниях в СМГ.</i>		<i>30 баллов (по 15 баллов за 1 конспект)</i>
2	<i>Опрос по разделу 3 «Особенности организации занятий физической культурой в специальных медицинских группах школ и ВУЗов»</i>		<i>15 баллов</i>
3	<i>Написание и защита реферата по разделу 3 (тема на выбор).</i>		<i>15 баллов</i>
4	<i>Тестирование по разделу 3.</i>		<i>12 баллов</i>
5	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>28 б. = 4 балла за 1 занятие (7 занятий)</i>
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Реферат по теме из раздела 3 (на выбор).</i>	15
2	<i>Опрос по разделу 3 «Особенности организации занятий физической культурой в специальных медицинских группах школ и ВУЗов»</i>	15
3	<i>Написание и защита планов-конспектов занятий ФК в СМГ.</i>	20 (по 10 баллов за 1 конспект)

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости в соответствии с набранными обучающимся баллами по дисциплинам, завершающихся дифф.зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Б1.Б.16 «ТФСД» для обучающихся института ТРРиФ, 3 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профиля физическая реабилитация очной и заочной ускоренной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины: 5-6 семестр (очная, проф. ФР и ЛФК и заочная (ускоренная), профиль ФР)

Форма промежуточной аттестации: дифф. зачет (7 семестр- очная форма, 8 семестр – заочная и заочная ускоренная формы обучения).

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное количество баллов
1	Написание и защита примерного плана-конспекта занятия ОФК (1 конспект)	2-12 неделя	10
2	Написание и защита реферата по разделу 5.	2-11 неделя	16
3	Опрос по разделу 5 «Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 1)»	12 неделя	16
4	Написание примерного плана-конспекта занятия ОФК для беременных (1 конспект)	24-27 неделя	10
5	Написание реферата по разделу 6 «Организация занятий ОФК для беременных»	32-40 неделя	15
6	Опрос по разделу 6 «Организация занятий ОФК для беременных»	43 неделя	16
7	Посещение занятий		176. = 1 балл за 1 занятие (17 занятий- очная форма)
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме «Организация занятий ОФК с использованием тренажёров», пропущенной студентом.	10
2	Контрольная работа по теме «Гидрокинезотерапия и аква-фитнес в ОФК и реабилитации», пропущенной студентом.	10
3	Написание и защита плана-конспекта занятия ОФК гимнастической направленности (на выбор: аэробика, шейпинг, на фитболах).	5
4	Контрольная работа по теме «Занятия ОФК для беременных», пропущенной студентом.	10
5	Контрольная работа по теме «Гидрокинезотерапия при беременности», пропущенной студентом.	10
6	Написание и защита плана-конспекта занятия ОФК для беременных	5

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости в соответствии с набранными обучающимся баллами по дисциплинам, завершающихся дифф.зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Б1.Б.16 «ТФСД» для обучающихся института ТРРиФ, 3 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профиля физическая реабилитация заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины: 6 семестр (заочная форма обучения).

Форма промежуточной аттестации: *дифф. зачет (8 семестр – заочная форма обучения).*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Написание и защита примерного плана-конспекта занятия ОФК (2 конспекта)		20 баллов (по 10 баллов за 1 конспект)
2	Написание и защита рефератов по разделам 4 и 5.		22 балла (по 11 баллов за 1 реферат)
3	Опрос по разделу 4 «Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 1)»		25 баллов
4	Опрос по разделу 5 «Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 2)»		25 баллов
5	Посещение занятий		8 б. = 2 балла за 1 занятие (4 занятия)
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме «Организация занятий ОФК с использованием тренажёров», пропущенной студентом.	10

2	<i>Контрольная работа по теме «Гидрокинезотерапия и аква-фитнес в ОФК и реабилитации», пропущенной студентом.</i>	10
3	<i>Написание и защита плана-конспекта занятия по применению циклических видов спорта (на выбор: бег, ходьба, плавание)</i>	5
4	<i>Написание и защита плана-конспекта занятия ОФК гимнастической направленности (на выбор: аэробика, шейпинг, на фитболах).</i>	5
5	<i>Написание 2 рефератов (темы на выбор)</i>	20

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости в соответствии с набранными обучающимся баллами по дисциплинам, завершающихся дифф.зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Б1.Б.16 «ТФСД» для обучающихся института ТРРиФ, 4 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профиля физическая реабилитация очной и заочной (ускоренной) форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины: 7 семестр (очная, профиль ФР и ЛФК), 8 семестр (заочная (ускоренная) форма обучения, профиль ФР).

Форма промежуточной аттестации: зачет (7 семестр- очная форма, 8 семестр – заочная (ускоренная) форма).

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Написание примерного плана-конспекта занятия ОФК (2 конспекта)	2-10 неделя	20 баллов (по 10 баллов за 1 конспект)
2	Написание реферата по теме из раздела 7 «Организация физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста»	2-10 неделя	22 баллов
3	Опрос по разделу 7 «Организация физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста»	11-12 неделя	24 баллов
4	Посещение занятий	В течение семестра	14б.= 1 балл за 1 занятие (14 занятий – очная форма)
5	Зачет		20 баллов
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов

1	Контрольная работа по теме «Физиологические особенности организма людей зрелого и пожилого возраста»	15
2	Контрольная работа по теме «Занятия ОФК для лиц зрелого и пожилого возраста».	15
3	Написание и защита плана-конспекта занятия ОФК	10
4	Написание 2 рефератов (темы на выбор)	20

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости в соответствии с набранными обучающимся баллами по дисциплинам, завершающихся дифф.зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Б1.Б.16 «ТФСД» для обучающихся института ТРРиФ, 4 курса, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профиля физическая реабилитация заочной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры.
Сроки изучения дисциплины: 8 семестр (заочная форма обучения, профиль ФР).
Форма промежуточной аттестации: *зачет (8 семестр)*.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Написание примерного плана-конспекта занятия ОФК для беременных		10
2	Написание реферата по разделу 6 «Организация занятий ОФК для беременных»		11
3	Опрос по разделу 6 «Организация занятий ОФК для беременных»		15
4	Написание примерного плана-конспекта занятия ОФК для лиц пожилого возраста		10
5	Написание реферата по теме из раздела 7 «Организация физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста»		11
6	Опрос по разделу 7 «Организация физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста»		15
7	Посещение занятий	В течение семестра	8 б. = 2 балла за 1 занятие (4 занятия)
8	Дифференцированный зачет		20 баллов
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме «Занятия ОФК для беременных», пропущенной студентом.	10
2	Опрос по теме «Гидрокинезотерапия при беременности», пропущенной студентом.	10
3	Написание и защита плана-конспекта занятия ОФК для беременных	10
4	Контрольная работа по теме «Физиологические особенности организма людей зрелого и пожилого возраста»	10
5	Реферат на тему «Занятия ОФК для лиц зрелого и пожилого возраста».	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости в соответствии с набранными обучающимся баллами по дисциплинам, завершающихся дифф.зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра физической реабилитации и оздоровительной физической
культуры

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Б1.Б.16 ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Направление подготовки: 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)"

Профиль: физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная и заочная ускоренная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины: 14 зачетных единиц.

2. Семестр освоения дисциплины: 1-7 семестр (очная форма обучения), 2, 4, 6, 8 семестры (заочная форма обучения), 2-6, 8 семестры (заочная ускоренная форма обучения).

3. Цель освоения дисциплины: получение знаний, формирование методических и практических умений и навыков в области технологий физкультурно-спортивной деятельности (ТФСД) для поддержания, улучшения и восстановления состояния здоровья населения средствами и методами оздоровительной физической культуры (ОФК) и физической реабилитации студентами, обучающимися по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)».

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	Заочная ускоренная форма обучения
1	2	3	4	5
ОПК - 10	Знать: - основные заболевания и причины их возникновения у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	1-7	2, 4, 6, 8	2,3,4,5,6,8
	Владеть: - навыками применения полученных знаний для составления реабилитационных, коррекционно-развивающих и иных программ с учетом особенностей протекания заболевания.	1-7	2, 4, 6, 8	2,3,4,5,6,8
ПК -13	Знать: - основные классификации физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья; - основные принципы проведения комплексов физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья;	1-7	2, 4, 6, 8	2,3,4,5,6,8
	Уметь: - подбирать наиболее эффективные средства	1-7	2, 4, 6, 8	2,3,4,5,6,8

	и методы воздействия для лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций;			
	Владеть: - методами индивидуальной и групповой физкультурно-оздоровительной работы с лицами с отклонениями в состоянии здоровья.	1-7	2, 4, 6, 8	2,3,4,5,6,8
ПК-21	Владеть: навыками подбора и проведения комплекса мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов).	1-7	2, 4, 6, 8	2,3,4,5,6,8

5. Краткое содержание дисциплины очная форма обучения (профили ФР и ЛФК)

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста (часть 1).	1	-	18	18		
2.	Раздел 2. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста (часть 2).	2	-	18	18		
3.	Раздел 3. Особенности организации занятий физической культурой в специальных медицинских группах школ и ВУЗов.	3	-	28	44		
4.	Раздел 4. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 1).	4	-	44	136		
5.	Раздел 5. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 2).	5	-	16	29		
6.	Раздел 6. Организация занятий ОФК	6	-	18	45		

	для беременных.						
7.	Раздел 7. Организация физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста.	7	-	28	44		
	Итого	504		170	334		Дифф.зачет

заочная форма обучения (профиль ФР)

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста (часть 1).	2	-	6	66		
2.	Раздел 2. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста (часть 2).	2	-	6	66		
3.	Раздел 3. Особенности организации занятий физической культурой в специальных медицинских группах школ и ВУЗов.	4	-	14	58		
4.	Раздел 4. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 1).	6	-	4	104		
5.	Раздел 5. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 2).	6	-	4	104		
6.	Раздел 6. Организация занятий ОФК для беременных.	8	-	4	30		
7.	Раздел 7. Организация физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста.	8	-	2	36		
	Итого	504	-	40	464		Дифф.зачет

заочная (ускоренная) форма обучения (профиль ФР)

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Раздел 1. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста (часть 1).	2	-	2	25		
2.	Раздел 2. Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста (часть 2).	2	-	2	25		
3.	Раздел 3. Особенности организации занятий физической культурой в специальных медицинских группах школ и ВУЗов.	3	-	8	36		
4.	Раздел 4. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 1).	4	-	6	40		
5.	Раздел 5. Кондиционная оздоровительная тренировка (часть 2).	5	-	-	90		
6.	Раздел 6. Организация занятий ОФК для беременных.	6	-	14	166		
7.	Раздел 7. Организация физкультурно-оздоровительной работы с лицами зрелого и пожилого возраста.	8	-	8	82		
	Итого 504		-	40	464		Дифф.зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации и оздоровительной
физической культуры**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Б.17 Общая патология и тератология»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями
в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»
(код и наименование)

Профиль: «Физическая реабилитация»,
«Лечебная физическая культура»,
«Адаптивное физическое воспитание»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2016 г.

Москва – 2017г.



created by free version of

DocuFreezer

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 66 от «26» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
«Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры»
(наименование)
Протокол № 39 от «08» июня 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол №__ от «__» _____ июня __ 20 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель: Добрынина Людмила Александровна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент: Золичева Светлана Юрьевна, кандидат медицинских наук, профессор кафедры спортивной медицины

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины: обеспечить освоение студентами знаний о причинах, механизмах и основных закономерностях развития заболеваний и травм, а также врожденных и приобретенных пороков развития. Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Общая патология и тератология» относится к базовой дисциплине ООП. Для освоения данной дисциплины необходимы знания биологии с основами экологии, анатомии человека, физиологии человека. Знания, полученные при освоении дисциплины необходимы для успешного прохождения разделов ООП: «Частная патология», «Физическая реабилитация в кардиологии», Физическая реабилитация в пульмонологии», «Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения и нарушениях обмена веществ», «Физическая реабилитация в неврологии», «Физическая реабилитация в гериатрии»; практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности; преддипломная практика; научно – исследовательская работа; ГИА.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-4	Знать: - биологические и психологические закономерности функционирования организма с патологическими изменениями;	2		4
	Знать: - морфофункциональные и социально-психологические особенности различных нозологических и половозрастных групп лиц с отклонениями в состоянии	2		4

	здоровья.			
ОПК-10	<i>Знать:</i> Основные заболевания и причины их возникновения у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	2		4
	<i>Уметь:</i> Использовать медицинскую литературу; выявлять признаки отклонений в состоянии здоровья.	2		4
	<i>Уметь:</i> грамотно интерпретировать медицинскую документацию	2		4
	<i>Уметь:</i> выявлять признаки отклонений в состоянии здоровья.	2		4

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часов.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1. Раздел. Основы общей патологии: Тема №1. Общее учение о здоровье и болезни. Тема № 2. Этиология, патогенез и саногенез. Тема № 3. Роль наследственности и конституции в возникновении и течении болезней. Учение о реактивности. Тема №4. Роль иммунитета в течение заболеваний Тема № 5. Этиология, патогенез, классификация аллергических реакций. Аутоиммунизация Тема №6. Расстройство кровообращения. Нарушение реологических свойств крови Тема №7. Роль конституции и возраста в патологии. Стресс как	2	2 2 2 2	2 2 2 2 2 2	2 2 2 2 4		

	общий адаптационный синдром. Понятие шока. Кома. Тема№8. Нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей. Тема№9. Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления Тема№10. Нарушение терморегуляции. Понятие и развитие лихорадки. Типы температурных кривых. Гипертермия		2	2	4		
			2	2	4		
				2	2		
2	Раздел 2. Основы тератологии: Тема 2.1. Введение в тератологию. Классификация Врожденных пороков развития (ВПР) Тема 2.2. Этиология и патогенез ВПР. Хромосомные болезни и генные синдромы.	2		2	4		
				2	4		
Итого часов:72			12	24	36		зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1. Раздел. Основы общей патологии: Тема №1. Общее учение о здоровье и болезни. Тема№ 2. Этиология, патогенез и саногенез. Тема№ 3. Роль наследственности и конституции в возникновении и течении болезней. Учение о реактивности. Тема №4. Роль иммунитета в течение заболеваний	4			4		
					4		
					4		
					4		

	Тема№ 5. Этиология, патогенез, классификация аллергических реакций. Аутоиммунизация Тема№6. Расстройство кровообращения. Нарушение реологических свойств крови Тема№7. Роль конституции и возраста в патологии. Стресс как общий адаптационный синдром. Понятие шока. Кома. Тема№8. Нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей. Тема№9. Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления Тема№10. Нарушение терморегуляции. Понятие и развитие лихорадки. Типы температурных кривых. Гипертермия				6		
					6		
					6		
			2	2	6		
			2	2	6		
					6		
2	Раздел 2. Основы тератологии: Тема 2.1. Введение в тератологию. Классификация Врожденных пороков развития (ВПР) Тема 2.2. Этиология и патогенез ВПР. Хромосомные болезни и генные синдромы.	4			6		
					6		
Итого часов:72			2	4	66		зачет

Заочная (ускоренная) форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1. Раздел. Основы общей патологии: Тема №1. Общее учение о здоровье				4		

	и болезни. Тема№ 2. Этиология, патогенез и саногенез. Тема№ 3. Роль наследственности и конституции в возникновении и течении болезней. Учение о реактивности. Тема №4. Роль иммунитета в течение заболеваний Тема№ 5. Этиология, патогенез, классификация аллергических реакций. Аутоиммунизация Тема№6. Расстройство кровообращения. Нарушение реологических свойств крови Тема№7. Роль конституции и возраста в патологии. Стресс как общий адаптационный синдром. Понятие шока. Кома. Тема№8. Нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей. Тема№9. Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления Тема№10. Нарушение терморегуляции. Понятие и развитие лихорадки. Типы температурных кривых. Гипертермия	2	2		4		
2	Раздел 2. Основы тератологии: Тема 2.1. Введение в тератологию. Классификация Врожденных пороков развития (ВПР) Тема 2.2. Этиология и патогенез ВПР. Хромосомные болезни и генные синдромы.	2			6		
					4		
Итого часов:72			4	6	62		зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине. Форма промежуточной аттестации – зачет (ответы на заданные вопросы).

1. Определение понятия «болезнь». Ее основные признаки.
2. Характеристика стадий болезни.
3. Определение понятий «патологическая реакция», «патологический процесс», «патологическое состояние».
4. Определение понятий «этиология» и «патогенез».
5. Внешние и внутренние причины заболеваний.
6. Основное звено и «порочный круг» в механизме развития болезни.
7. Роль наследственности в развитии человека.
8. Понятия «наследственная предрасположенность» и «генетическая индивидуальность».
9. Виды мутаций.
10. Основные классы и группы наследственной патологии.
11. Различия между наследственной и врожденной патологией.
12. Связь типов конституции и болезни.
13. Роль конституции в развитии болезни.
14. Влияние возраста на развитие болезни.
15. Иммунная система, ее состав и функции.
16. Виды иммунитета. Подвиды приобретенного иммунитета.
17. Определение понятия «аллергия». Классификация аллергенов
18. Общий патогенез аллергических реакций (основные стадии)
19. Краткая характеристика поллиноза и крапивницы.
20. Краткая характеристика отека Квинке и анафилактического шока.
21. Определение понятия «воспаление».
22. Основные этиологические факторы воспаления
23. Основные положения патогенеза воспалительного процесса.
24. Основные клинические проявления воспаления.
25. Краткая характеристика фаз развития воспаления.
26. Возможные варианты исхода воспалительного процесса.
27. Определение понятия «лихорадка». Причины и механизмы развития лихорадки.
28. Виды нарушений патологии тканевого роста. Их характеристика.
29. Определение понятий «гипертрофия» и «гиперплазия».
30. Виды гипертрофии (гиперплазии). Их значение для организма.

31. Определение понятия «регенерация». Основные виды регенерации.
32. Определение и общая характеристика новообразований.
33. Морфологические особенности опухолевой ткани (строение, расположение, размеры, внешний вид, форма, консистенция, цвет).
34. Канцерогенные факторы и их влияние на развитие опухоли.
35. Основные отличия доброкачественной опухоли от злокачественной. Понятия «метастазирование», «метастазы», «кахексия» и «рецидивы» опухоли.
36. Определение понятие «стресс». Основные причины возникновения стресса.
37. Характеристика стадии стресса.
38. Определение понятия «шок». Основные формы шока.
39. Характеристика стадий травматического шока.
40. Определение термина «коллапс». Основное отличие от шока.
41. Кома и стадии комы.
42. Пороки развития: гаметопатии, бластопатии, эмбриопатии и фетопатии.
43. Основное отличие между первичными и вторичными пороками развития.
44. Отличия генных геномных и хромосомных мутаций.
45. Критические периоды внутриутробного развития.
46. Понятия «тератогенный терминационный период». Его значение для формирования врожденных пороков развития.
47. Краткая характеристика клинических, морфологических и генетических методов исследования, применяемых в тератологии.
48. Наиболее распространенные ПР ЦНС.
49. Основные ВПР ССС.
50. Наиболее распространенные ПР органов пищеварения.
51. Наиболее распространенные ПР органов дыхания.
52. Изолированные и системные ПР ОДА.
53. Определение понятия «множественные пороки развития».
54. Виды нарушения кровообращения
55. Причины и виды артериального и венозного полнокровия
56. Причины и виды артериального и венозного малокровия

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины

- а) Основная литература:

1. Жук И.А. Общая патология и тератология: учебник: [утв. и рек. ЭМС РГУФКСМиТ] / Жук И.А., Карякина Е.В. ; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - [Изд. 2-е, перераб. и доп.]. - М., 2012. - 224 с.: ил.

2. Основы микробиологии и иммунологии : учеб. для мед. училищ и колледжей, реализующих образоват. прогр. СПО по специальностям 060101, 060102, 060501: рек. ГБОУ ДПО "Рос. мед. акад. последиплом. образования" М-ва здравоохранения РФ / под ред. акад. РАМН В.В. Зверева, проф. М.Н. Бойченко. - рег. N 444 от 7 нояб. 2013 г. ФГАУ "Федер. ин-т развития образования". - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014. - 366 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Жук И.А. Общая патология и тератология: Пример. прогр. дисциплины для спец. 022500 : Одобрено УМО: утв. М-вом образования РФ / М-во образования РФ. - М.: РГУФК, 2003. - 18 с.

2. Жук И.А. Роль конституции в патологии. Учение о реактивности организма : Метод. пособие для студентов 2 курса спец. 022500 / Жук Ирина Александровна; РГАФК. - М., 2001. - 13 с.

3. Ходасевич Л.С. Преподавание патологии человека при подготовке специалиста по АФК: пути оптимизации / Л.С. Ходасевич // Адаптивная физическая культура. - 2002. - N 2 (10). - С. 29-31.

4. Ходасевич Л.С. Общая патология и тератология человека: конспект лекций: Доп. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта Мин-ва образования РФ / Л.С. Ходасевич; Сочин. гос. ун-т туризма и курорт. дела, Ин-т физ. культуры ; Каф. мед.-биолог. дисциплин. - 2-е изд., стер. - Сочи: РИО СГУИТиКД, 2003. - 144 с.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. old.stgma.ru/kafedra/patfiz/4_vso.doc

2. www.fiziolive.ru/html/dolgoletie/index-dolgoletie1.htm

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины:

1. Операционная система – Microsoft Windows.

2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru

2. Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС www.rucont.ru

3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Мультимедийная учебная аудитория, включающая специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Общая патология и тератология» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, 5 группы, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Профиль: «Физическая реабилитация», «Лечебная физическая культура», «Адаптивное физическое воспитание» очной и заочной форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры.
Сроки изучения дисциплины: 2 (о.ф.о.); 4 (з.ф.о.) семестры
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Общее учение о здоровье и болезни»	26 неделя	3
2	Выступление на семинаре «Этиология, патогенез и сааногенез»	27 неделя	3
3	Выступление на семинаре «Роль наследственности и конституции в возникновении и течении болезней. Учение о реактивности»	28 неделя	3
4	Написание реферата по теме «Роль иммунитета в течение заболеваний»	29 неделя	10
5	Контрольная работа по разделу «Роль наследственности, конституции и иммунитета в течение заболеваний»	30 неделя	5
6	Выступление на семинаре «Расстройство кровообращения. Нарушение реологических свойств крови»	31 неделя	3
7	Выступление на семинаре «Нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей»	32 неделя	3
8	Презентация по теме «Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления»	33 неделя	15
9	Контрольная работа по разделу «Нарушение тканевого питания и характеристика воспалительного процесса»	34 неделя	5
10	Подготовка доклада на тему «Введение в тератологию. Классификация Врожденных пороков развития (ВПР)»	35 неделя	6

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

11	Написание реферата по теме «Хромосомные болезни и генные синдром»	36 неделя	10
12	Контрольная работа по разделу «Основы тератологии»	37 неделя	5
13	Посещение занятий	В течение семестра	9 (0,25 на 1 зан)
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Роль наследственности, конституции и иммунитета в течение заболеваний»	5
3	Написание реферата по теме «Роль иммунитета в течение заболеваний»	10
4	Выступление на семинаре «Роль наследственности и конституции в возникновении и течении болезней. Учение о реактивности»	5
5	Контрольная работа по разделу «Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления»	5
6	Презентация по теме «Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления»	15
7	Написание реферата по теме «Нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей»	10

Заочная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ²	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление на семинаре «Расстройство кровообращения. Нарушение реологических свойств крови»		3
2	Выступление на семинаре «Нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей»		3
3	Выступление на семинаре «Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления»		3
4	Написание реферата по теме «Роль иммунитета в течение заболеваний»		10
5	Контрольная работа по разделу «Роль наследственности, конституции и иммунитета в течение заболеваний»		5
6	Подготовка доклада на тему «Расстройство кровообращения. Нарушение реологических свойств крови»		6

² Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

7 8	Презентация по теме «Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления»		15
9	Контрольная работа по разделу «Нарушение тканевого питания и характеристика воспалительного процесса»		5
10	Подготовка доклада на тему «Введение в тератологию. Классификация Врожденных пороков развития (ВПР)»		6
11	Написание реферата по теме «Хромосомные болезни и генные синдром»		10
12	Контрольная работа по разделу «Основы тератологии»		5
13	Посещение занятий	В течение семестра	9
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего
контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации и оздоровительной
физической культуры**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Б1.Б.17 Общая патология и тератология»**
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки:
**49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями
в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»**
(код и наименование)

Профиль: «Физическая реабилитация»
«Лечебная физическая культура»,
«Адаптивное физическое воспитание»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная,*
Год набора 2016г

Москва – 2017г.

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы.

2. Семестр освоения дисциплины: 2;4.

3. Цель освоения дисциплины: обеспечить освоение студентами знаний о причинах, механизмах и основных закономерностях развития заболеваний и травм, а также врожденных и приобретенных пороков развития. Дисциплина реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

5. Краткое содержание дисциплины:

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1. Раздел. Основы общей патологии: Тема №1. Общее учение о здоровье и болезни. Тема № 2. Этиология, патогенез и саногенез. Тема № 3. Роль наследственности и конституции в возникновении и течении болезней. Учение о реактивности. Тема №4. Роль иммунитета в течение заболеваний Тема № 5. Этиология, патогенез, классификация аллергических реакций. Аутоиммунизация Тема №6. Расстройство кровообращения. Нарушение реологических свойств крови Тема №7. Роль конституции и возраста в патологии. Стресс как общий адаптационный синдром. Понятие шока. Кома.	2	2	2	2		
			2	2	2		
			2	2	2		
				2	2		
				2	2		
			2	2	2		
				2	4		

	Тема№8. Нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей. Тема№9. Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления Тема№10. Нарушение терморегуляции. Понятие и развитие лихорадки. Типы температурных кривых. Гипертермия		2	2	4		
			2	2	4		
				2	2		
2	Раздел 2. Основы тератологии: Тема 2.1. Введение в тератологию. Классификация Врожденных пороков развития (ВПР) Тема 2.2. Этиология и патогенез ВПР. Хромосомные болезни и генные синдромы.	2		2	4		
				2	4		
Итого часов:72			12	24	36		зачет

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1. Раздел. Основы общей патологии: Тема №1. Общее учение о здоровье и болезни. Тема№ 2. Этиология, патогенез и саногенез. Тема№ 3. Роль наследственности и конституции в возникновении и течении болезней. Учение о реактивности. Тема №4. Роль иммунитета в течение заболеваний Тема№ 5. Этиология, патогенез, классификация аллергических	4			4 4 4 4 6		

	реакций. Аутоиммунизация Тема№6. Расстройство кровообращения. Нарушение реологических свойств крови Тема№7. Роль конституции и возраста в патологии. Стресс как общий адаптационный синдром. Понятие шока. Кома. Тема№8. Нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей. Тема№9. Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления Тема№10. Нарушение терморегуляции. Понятие и развитие лихорадки. Типы температурных кривых. Гипертермия			2	6		
			2	2	6		
					6		
2	Раздел 2. Основы тератологии: Тема 2.1. Введение в тератологию. Классификация Врожденных пороков развития (ВПР) Тема 2.2. Этиология и патогенез ВПР. Хромосомные болезни и генные синдромы.	4			6		
					6		
Итого часов:72			2	4	66		зачет

Заочная (ускоренная) форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	1. Раздел. Основы общей патологии: Тема №1. Общее учение о здоровье и болезни. Тема№ 2. Этиология, патогенез и		2		4		
					4		

	саногенез. Тема№ 3. Роль наследственности и конституции в возникновении и течении болезней. Учение о реактивности. Тема №4. Роль иммунитета в течение заболеваний Тема№ 5. Этиология, патогенез, классификация аллергических реакций. Аутоиммунизация Тема№6. Расстройство кровообращения. Нарушение реологических свойств крови Тема№7. Роль конституции и возраста в патологии. Стресс как общий адаптационный синдром. Понятие шока. Кома. Тема№8. Нарушение тканевого питания, обмена веществ и роста тканей. Тема№9. Общая характеристика воспалительного процесса. Этиология, патогенез и признаки воспаления Тема№10. Нарушение терморегуляции. Понятие и развитие лихорадки. Типы температурных кривых. Гипертермия	2			6		
				2	4		
					4		
				2	6		
					6		
			2	2	6		
					4		
2	Раздел 2. Основы тератологии: Тема 2.1. Введение в тератологию. Классификация Врожденных пороков развития (ВПР) Тема 2.2. Этиология и патогенез ВПР. Хромосомные болезни и генные синдромы.	2			6		
					4		
Итого часов: 72			4	6	62		зачет

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.18 Теория и организация адаптивной физической культуры»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 – Физическая культура для лиц с
отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
(код и наименование)

Направленность (профиль): Физическая реабилитация
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная, заочная (ускорен.)*

Год набора: 2016г.

Москва – 2016г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол №66 от «26» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Составители:

Рубцова Наталья Олеговна – кандидат педагогических наук, профессор,
зав. кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры
РГУФКСМиТ;

Громова Ольга Владимировна – кандидат педагогических наук, доцент
кафедры теории и методики адаптивной физической культуры РГУФКСМиТ;

Мелихов Виталий Вячеславович – кандидат педагогических наук,
доцент кафедры теории и методики адаптивной физической культуры
РГУФКСМиТ.

Рецензент:

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Освоение студентами основ фундаментальных знаний в области теории и организации адаптивной физической культуры, теоретическая подготовка к педагогической деятельности в этой области с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и инвалидами по зрению, слуху, с нарушениями интеллекта, речевых функций, поражением опорно-двигательного аппарата.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Теория и организация адаптивной физической культуры» включена в базовую часть учебного плана Б1.Б.18. Дисциплина «Теория и организация адаптивной физической культуры» выступает фундаментом для освоения таких дисциплин базовой части как «Базовые виды двигательной деятельности», «Технологии физкультурно-спортивной деятельности», «Врачебный контроль в адаптивной физической культуре», «Специальная педагогика», «Специальная психология», «Научно-методическая деятельность».

Освоение дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры» предшествует и необходимо для изучения таких дисциплин, как «Частные методики адаптивной физической культуры», «Оздоровительная физическая культура в акушерстве и физическая реабилитация в гинекологии», «Физическая реабилитация в кардиологии», «Физическая реабилитация в травматологии и ортопедии», «Физическая реабилитация в хирургии», «Физическая реабилитация в детском возрасте», относящихся к обязательным дисциплинам вариативной части и дисциплин по выбору: «Методические основы проведения занятий по аквааэробике», «Занятия физической культурой в специальных медицинских группах», «Оздоровительные технологии в физической реабилитации».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
ОПК-2	Знать: - историю, закономерности, функции, принципы, средства и методы отечественной и зарубежной систем	4		5

	адаптивной физической культуры; - теории, концепции, основные законы, методологию и проблематику адаптивной физической культуры;			
	Уметь: - определять роль и место адаптивной физической культуры в общей системе физической культуры. - опираясь на законы и принципы обучения, воспитания и развития, добиваться максимальной эффективности педагогического процесса.	4		5
ОПК-3	Знать: - опыт работы отечественных и зарубежных специалистов в области адаптивной физической культуры; биологические и психологические закономерности функционирования организма с патологическими изменениями.	4		5
	Уметь: - анализировать отечественный и зарубежный опыт адаптивной физической культуры.	4		5
	Владеть: - навыками обеспечения обоснованного выбора содержания, форм и методов адаптивной физической культуры.	4		5, 6
ОПК-6	Знать: - особенности применения средств, методов и приемов когнитивного и двигательного (моторного) обучения занимающихся; - средства и методы оценки состояния занимающихся.	4		5, 6
	Уметь: - использовать в профессиональной деятельности современные технические средства когнитивного и двигательного (моторного) обучения занимающихся.	4		5, 6
ПК-24	Знать: - методы и средства сбора информации, а также основные источники информации в сфере адаптивной физической культуры; основные актуальные вопросы в сфере адаптивной физической культуры; - принципы организации и проведения научно-исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента; - способы статистической обработки полученных результатов.	4		6
	Уметь: - планировать, правильно организовать и провести различные занятия в сфере адаптивной физической культуры; - осуществлять научный анализ, общение и оформление полученных результатов исследования.	4		6

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачётных единицы, 144 часа**, как на дневной, так и на заочной, и заочной (ускорен.) форме обучения.

Очная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел 1. Теоретические основы АФК	4	4	10	14		
Тема 1.1. Введение в предмет теории адаптивной физической культуры.	4	2	2	4		
Тема 1.2. Общие и специфические функции АФК.	4	2	2	4		
Тема 1.3. Принципы адаптивной физической культуры.	4		4	4		
Тема 1.4. Адаптивная физическая культура как научный и учебный предмет.	4		2	2		
Раздел 2. Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий.	4	8	16	24		
Тема 2.1. Средства адаптивного физического воспитания.	4		2	4		
Тема 2.2. Методы и методические приемы, применяемые в АФК.	4	2	2	4		
Тема 2.3. Формы занятий адаптивной физической культурой.	4	2	2	4		
Тема 2.4. Основы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	4	2	4	4		
Тема 2.5. Воспитание двигательных способностей в адаптивной физической культуре.	4	2	4	4		
Тема 2.6. Планирование и контроль в адаптивной физической культуре.	4		2	4		
Раздел 3. Организация АФК.	4	12	20	27		
Тема 3.1. Организация адаптивного физического воспитания.	4	2	4	6		
Тема 3.2. Организация адаптивной двигательной рекреации.	4	2	4	4		
Тема 3.3. Организация адаптивной физической реабилитации.	4	2	2	5		
Тема 3.4. Организация адаптивного спорта.	4	4	6	6		
Тема 3.5. Организация и управление адаптивной физической культурой и адаптивным спортом в России.	4	2	4	6		
Итого:	4	24	46	65		Экзамен 9 час.

Заочная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел 1. Теоретические основы АФК	5	2	2	22		
Тема 1.1. Введение в предмет теории адаптивной физической культуры.	5	2		4		
Тема 1.2. Общие и специфические функции АФК.	5		1	6		
Тема 1.3. Принципы адаптивной физической культуры.	5		1	6		
Тема 1.4. Адаптивная физическая культура как научный и учебный предмет.	5			6		
Раздел 2. Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий.	5	2	2	36		
Тема 2.1. Средства адаптивного физического воспитания.	5			4		
Тема 2.2. Методы и методические приемы, применяемые в АФК.	5	2		6		
Тема 2.3. Формы занятий адаптивной физической культурой.	5			6		
Тема 2.4. Основы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	5			8		
Тема 2.5. Воспитание двигательных способностей в адаптивной физической культуре.	5		2	6		
Тема 2.6. Планирование и контроль в адаптивной физической культуре.	5			6		
Итого:		4	4	58		Зачет
Раздел 3. Организация АФК.	6	4	4	61		
Тема 3.1. Организация адаптивного физического воспитания.	6	2		12		
Тема 3.2. Организация адаптивной двигательной рекреации.	6		2	12		
Тема 3.3. Организация адаптивной физической реабилитации.	6			12		
Тема 3.4. Организация адаптивного спорта.	6	2		12		

Тема 3.5. Организация и управление адаптивной физической культурой и адаптивным спортом в России.	6		2	13		
Итого:	6	8	8	119		Экзамен 9 час.

Заочная форма обучения (ускорен.)

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел 1. Теоретические основы АФК	5	2		22		
Тема 1.1. Введение в предмет теории адаптивной физической культуры.	5	2		4		
Тема 1.2. Общие и специфические функции АФК.	5			6		
Тема 1.3. Принципы адаптивной физической культуры.	5			6		
Тема 1.4. Адаптивная физическая культура как научный и учебный предмет.	5			6		
Раздел 2. Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий.	5	2	4	33		
Тема 2.1. Средства адаптивного физического воспитания.	5			4		
Тема 2.2. Методы и методические приемы, применяемые в АФК.	5	2		5		
Тема 2.3. Формы занятий адаптивной физической культурой.	5			5		
Тема 2.4. Основы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	5		2	8		
Тема 2.5. Воспитание двигательных способностей в адаптивной физической культуре.	5		2	6		
Тема 2.6. Планирование и контроль в адаптивной физической культуре.	5			5		
Итого:		4	4	55		Зачет
Раздел 3. Организация АФК.	6	4	6	62		
Тема 3.1. Организация адаптивного физического воспитания.	6	2	2	10		

Тема 3.2. Организация адаптивной двигательной рекреации.	6		2	12		
Тема 3.3. Организация адаптивной физической реабилитации.	6			12		
Тема 3.4. Организация адаптивного спорта.	6	2		14		
Тема 3.5. Организация и управление адаптивной физической культурой и адаптивным спортом в России.	6		2	14		
Итого:		8	10	117		Экзамен 9 час.

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Теория организация адаптивной физической культуры».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Теория организация адаптивной физической культуры» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Примерная тематика рефератов:

1. Становление и развитие АФК как научного предмета и учебной дисциплины.
2. Вклад отечественных ученых в становление и развитие научного предмета АФК (Л.С. Выготский, Н.А. Бернштейн, А.Р. Лурье и др.).
3. Методика наблюдений и контроля на занятиях АФК.
4. Методика организации занятий АФК.
5. Методика воспитания двигательных качеств у лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
6. Методика оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня учащихся разных нозологических групп.
7. Содержание и формы организации активного отдыха инвалидов средствами АФК.
8. Методика проведения массовых спортивных соревнований среди инвалидов.
9. Структура и организация соревновательной деятельности в адаптивном спорте.
10. Организация работы спортивных клубов для инвалидов по месту жительства.
11. История развития и современное состояние адаптивного спорта.
12. Особенности содержания и направленности занятий профессионально-прикладной физической подготовки с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

13. Особенности использования технических средств и тренажерных устройств на занятиях АФК.
14. Адаптивная физическая культура в системе образования.
15. Адаптивная физическая культура в системе профессионально-прикладной физической подготовки.
16. Адаптивная физическая культура в системе организованных форм активного отдыха.
17. Адаптивная физическая культура в системе комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
18. Организационные основы развития АФК и адаптивного спорта в нашей стране.
19. Нормативно-правовые основы развития АФК и адаптивного спорта в России.
20. Врачебно-педагогический контроль в АФК и адаптивном спорте.

Примерный перечень вопросов к зачету:

1. Понятие АФК, ее цель, задачи.
2. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры.
3. Роль АФК в реабилитации, социализации и интеграции инвалидов в общество.
4. Функции АФК (педагогические и социальные).
5. Принципы АФК (социальные, общеметодические и специально-методические).
6. Средства АФК (основные и дополнительные), классификация физических упражнений.
7. Методы АФК: методы формирования знаний, методы обучения двигательным действиям, методы воспитания двигательных способностей, методы воспитания личности занимающихся, методы организации взаимодействия педагога и занимающихся.
8. Понятия «метод», «методика», «методическое направление», «методический подход», «методический прием».
9. Формы организации занятий в АФК.
10. Воспитание двигательных способностей в АФК: закономерности и принципы воспитания двигательных способностей.
11. Воспитание силовых способностей в АФК (понятие силовых способностей; факторы, влияющие на их проявление; показатели силовых способностей у различных нозологических групп; средства и методы воспитания).
12. Воспитание скоростных способностей в АФК (понятие скоростных способностей; факторы, влияющие на их проявление; показатели скоростных способностей у различных нозологических групп; средства и методы воспитания).
13. Воспитание координационных способностей в АФК (понятие координационных способностей; факторы, влияющие на их проявление;

показатели координационных способностей у различных нозологических групп; средства и методы воспитания).

14. Воспитание выносливости в АФК (понятие выносливости; факторы, ее определяющие; классификация выносливости; показатели выносливости у различных нозологических групп; средства и методы воспитания).

15. Воспитание гибкости в АФК (понятие гибкости; факторы, ее определяющие; особенности проявления гибкости у различных нозологических групп; задачи воспитания гибкости; средства и методы воспитания).

16. Особенности обучения двигательным действиям в АФК. Понятие готовности к обучению (физическая, психическая и двигательная готовность). Этапы обучения (задачи, решаемые на каждом из этапов обучения; методы обучения; дозировка нагрузки).

17. Понятие физической помощи и страховки. Классификация приемов физической помощи.

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Понятие АФК, ее цель, задачи. Общность с физической культурой и относительная самостоятельность ее предметной области.

2. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры (краткая характеристика и целевая направленность).

3. Роль АФК в реабилитации, социализации и интеграции инвалидов в общество.

4. Социальные функции АФК (краткая характеристика).

5. Педагогические функции АФК (краткая характеристика).

6. Характеристика социальных принципов АФК (гуманистической направленности, непрерывности физкультурного образования, социализации, интеграции, приоритетной роли микросоциума).

7. Реализация положений общеметодических принципов научности, сознательности и активности, наглядности, доступности, систематичности и прочности в адаптивном физическом воспитании.

8. Характеристика специально-методических принципов АФК (диагностирования, дифференциации и индивидуализации, коррекционно-развивающей направленности, компенсаторной направленности, учёта возрастных особенностей, адекватности, оптимальности и вариативности).

9. Характеристика средств АФК. Общность со средствами физического воспитания и относительная самостоятельность.

10. Методы АФК: методы формирования знаний, методы обучения двигательным действиям, методы воспитания двигательных способностей, методы воспитания личности занимающихся, методы организации взаимодействия педагога и занимающихся.

11. Особенности использования игрового и соревновательного метода в АФК.

12. Понятия «метод», «методика», «методическое направление», «методический подход», «методический прием».

13. Формы организации занятий в АФК.
14. Особенности построения урочных форм занятий в адаптивном физическом воспитании.
15. Воспитание двигательных способностей в АФК: закономерности и принципы воспитания двигательных способностей.
16. Особенности воспитания двигательных способностей в адаптивном физическом воспитании (основные закономерности).
17. Методика воспитания силовых способностей в АФК.
18. Методика воспитания скоростных способностей в АФК.
19. Методика воспитания координационных способностей в АФК.
20. Особенности обучения двигательным действиям в АФК (характеристика средств, методов и форм организации).
21. Особенности планирования и контроля системы урочных форм занятий адаптивной физической культурой.
22. Организация АФВ в России. АФВ в системе специального образования.
23. АФВ в системе массового образования.
24. Организация адаптивной двигательной рекреации в России.
25. Организация адаптивной физической реабилитации.
26. Общая характеристика адаптивного спорта и его основных направлений.
27. Организация Паралимпийских игр, официальные летние и зимние виды спорта, входящие в паралимпийскую программу.
28. История Сурдлимпийского движения.
29. История Специального олимпийского движения.
30. Медицинская и спортивно-функциональная классификация спортсменов-инвалидов.
31. Организация Сурдлимпийских игр, официальные летние и зимние виды спорта, правила соревнований, требования к участникам.
32. Специальная олимпиады: миссия, цель, задачи и основополагающие принципы, требования к участникам и классификация видов спорта.
33. Разделение на дивизионы в индивидуальных и командных видах спорта.
34. Организация соревнований по программе «Специальная олимпиада». Минимальные требования к церемониям открытия, закрытия игр и награждения.
35. Отбор спортсменов для участия в соревнованиях более высокого уровня по программе «Специальная олимпиада».
36. Модели соревновательной деятельности в адаптивном спорте.
37. Организация и управление адаптивной физической культурой и адаптивным спортом в нашей стране и в мире.

Вопросы для самоконтроля:

1. Социализация и интеграция инвалидов, как основная проблема адаптивной физической культуры.
2. Общие особенности реализации принципов физического воспитания в АФК.
3. Вклад отечественных ученых (Л.С. Выготский, Н.А. Бернштейн, А.Р. Лурье и др.) в становление и развитие научного предмета адаптивной физической культуры.
4. Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий.
5. Специфика адаптивной физической культуры и спорта в выборе и составе средств, методов и форм построения занятия.
6. Организация адаптивной физической реабилитации.
7. Адаптивный спорт в системе реабилитации инвалидов различных нозологических групп.
8. Паралимпийское движение в России и за рубежом.
9. Сурдлимпийское движение в России и за рубежом.
10. Специальное олимпийское движение в России и за рубежом.
11. История развития и современное состояние адаптивного спорта в России.
12. Спортивный клуб инвалидов. Структура и содержание работы.
13. Нормативно-правовые основы развития АФК и адаптивного спорта.
14. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре.
15. Федерация физической культуры и спорта инвалидов, Паралимпийский Комитет России, Сурдлимпийский комитет России, Специальная олимпиада России: цель, задачи и основное содержание деятельности.
16. Организация деятельности первичных физкультурно-спортивных организаций инвалидов (ФОК).
17. Организация центров спортивной реабилитации инвалидов.
18. Формы и методы совместной деятельности государственных и общественных организаций физкультурно-спортивной направленности.
19. Организация физкультурно-спортивной работы в различных звеньях физкультурного движения инвалидов (дошкольные и школьные специальные учреждения, на промышленных предприятиях, по месту жительства и т.д.); организационные формы и источники финансирования.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Теория организация адаптивной физической культуры».

а). Основная литература:

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения: учеб. пособие для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 034300.62: рек. УМО высш. учеб. заведений РФ

по образованию в обл. физ. культуры / под общ. ред. д-ра пед. наук, проф. С.П. Евсеева. - М.: Сов. спорт, 2014. - 297 с.

2. Бегидова Т.П. Основы адаптивной физической культуры: Учебное пособие. – М.: Физкультура и спорт, 2011. – 192 с.

3. Физическая реабилитация: в 2 т.: учеб. для студентов бакалавриата и магистратуры по направлению подгот. «Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья»: рек. эмс ИНПО ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / под ред. С.Н. Попова. - М.: Academia, 2013. - 60х90/16.

4. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы: учеб. пособие для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100 (по магистер. прогр. "Адапт. физ. культура"): рек. УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры / под ред. С.П. Евсеева, С.Ф. Курдыбайло. - М.: Сов. спорт, 2010. - 487 с.

б). Дополнительная литература:

1. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура: Учебник для студ. высш. Учеб. заведений / В.И. Дубровский – 2-е изд., стер. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2011. – 608 с.

2. Дубровский В.И. Реабилитация инвалидов-спортсменов / В.И. Дубровский // В кн.: Спортивная медицина: Учебник для студентов высших учебных заведений. – [2-е изд., доп.]. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2011. – С. 411-417.

3. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура, ее философия, содержание и задачи / Евсеев С.П. // Адаптивная физическая культура и функциональное состояние инвалидов. – СПб.: Питер, 2009. – 208 с.

4. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2 т. Т. 1: Введение в специальность, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры / Под общей ред. проф. С.П. Евсеева. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2005. – 296 с.: ил.

5. Физическая реабилитация: Учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по Государственному образовательному стандарту 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (Адаптивная физическая культура) / Под общей ред. Проф. С.Н. Попова. Изд. 4-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2014. – 608 с.

6. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / под общ.ред. проф. Л.В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2007.

в). Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://lib.sportedu.ru/> Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту

2. <http://lib.sportedu.ru/> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU –
<http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

г). Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

а.Операционная система – Microsoft Windows.

б.Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

с.Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

д.«Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru

е.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru

ф.Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Для успешного формирования знаний по курсу «Теория организация адаптивной физической культуры» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели и др.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю)_ Теория организация адаптивной физической культуры_ для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 2/3 курса, направления подготовки 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) «Физическая реабилитация» очной, заочной, заочной (ускорен.) формам обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр (очная форма), 5, 6 семестр (заочная, заочная (ускорен.) форма)

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

Для студентов очной формы обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максим. кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу: «Теоретические основы АФК»	27 неделя	5
2	Выступление на семинаре «Функции АФК»	28 неделя	5
3	Коллоквиум по теме «Принципы АФК»	29 неделя	5
4	Выступление на семинаре «Особенности воспитания физических качеств у инвалидов разных нозологических групп»	31 неделя	5
5	Контрольная работа по разделу: «Организация АФК»	32 неделя	5
6	Выступление на семинаре «АФВ в системе специального образования»	33 неделя	5
7	Написание реферата по теме «История и современное состояние адаптивного спорта».	35 неделя	7
8	Контрольная работа по разделу: «Организация и управление адаптивной физической культурой и адаптивным спортом в России»	36 неделя	5
9	Выступление на семинаре: «Функционально-медицинская классификация спортсменов-инвалидов»	37 неделя	5
10	Тестирование по теме: «Организационные основы АФК».	39 неделя	5,5
11	Посещение занятий	Весь период	0,5 балла *1 занятие =17,5
12	Сдача экзамена		30
ИТОГО			100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максим. кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу: «Теоретические основы АФК», пропущенному студентом</i>	5
2	<i>Контрольная работа по разделу: «Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий», пропущенному студентом</i>	5
3	<i>Контрольный опрос теме: «Функции АФК», пропущенному студентом</i>	5
4	<i>Написание реферата по теме «Методика применения естественно-средовых факторов в АФК»</i>	10
5	<i>Написание реферата по теме «Воспитание физических качеств у инвалидов»</i>	10
6	<i>Презентация по теме «Обучение инвалидов двигательным действиям»</i>	5
7	<i>Контрольная работа по разделу: «Организация АФК», пропущенному студентом</i>	5
8	<i>Контрольный опрос теме: «Специальная олимпиада. Основные положения»</i>	5
9	<i>Тестирование по теме: «Организационные основы АФК», пропущенному студентом</i>	10
10	<i>Презентация по теме: «Особенности организации занятий фитнесом с инвалидами»</i>	5

Для студентов заочной формы обучения (5 семестр)

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Теоретические основы АФК»</i>	8
2	<i>Выступление на семинаре «Функции АФК»</i>	6
3	<i>Коллоквиум по теме «Принципы АФК»</i>	6
4	<i>Написание реферата по теме «Методика применения естественно-средовых факторов в АФК»</i>	15
5	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий»</i>	8
6	<i>Выступление на семинаре «Особенности воспитания физических качеств у инвалидов разных нозологических групп»</i>	6
7	<i>Тестирование по теме/модулю «Теоретические и методические основы АФК».</i>	15
8	<i>Посещение занятий</i>	<i>4 балла x 1 занятие=16 баллов</i>
	Зачёт по дисциплине	20
ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия в 5 семестре

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Теоретические основы АФК», пропущенному студентом</i>	10
2	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий», пропущенному студентом</i>	10
3	<i>Контрольный опрос теме/модулю «Функции АФК», пропущенному студентом</i>	5
4	<i>Тестирование по теме/модулю «Теоретические и методические основы АФК».</i>	10
5	<i>Написание реферата по теме «Воспитание физических качеств у инвалидов», пропущенному студентом</i>	10

Для студентов заочной формы обучения (6 семестр)

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Организация АФК»</i>	7
2	<i>Выступление на семинаре «АФВ в системе специального образования»</i>	6
3	<i>Коллоквиум по теме «Особенности организации занятий фитнесом с инвалидами»</i>	6
4	<i>Написание реферата по теме «История и современное состояние адаптивного спорта»</i>	15
5	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Организация и управление адаптивной физической культурой и адаптивным спортом в России»</i>	6
6	<i>Выступление на семинаре «Функционально-медицинская классификация спортсменов-инвалидов»</i>	6
7	<i>Тестирование по теме/модулю «Организационные основы АФК».</i>	8
8	<i>Посещение занятий</i>	4 балла x 1 занятие=16 баллов
9	Экзамен по дисциплине	30
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия в 6 семестре

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу: «Организация АФК», пропущенному студентом</i>	5
2	<i>Контрольная работа по разделу: «Организация адаптивной физической</i>	5

	<i>реабилитации», пропущенному студентом</i>	
3	<i>Контрольный опрос теме: «Специальная олимпиада. Основные положения»</i>	5
4	<i>Написание реферата по теме: «История и современное состояние адаптивного спорта»</i>	10
5	<i>Выступление на семинаре «Организация и управление физкультурно-массовым движением в России»</i>	5
6	<i>Тестирование по теме: «Организационные основы АФК», пропущенному студентом</i>	10

Для студентов заочной (ускорен.) формы обучения (5 семестр)

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Теоретические основы АФК»</i>	8
2	<i>Выступление на семинаре «Функции АФК»</i>	7
3	<i>Коллоквиум по теме «Принципы АФК»</i>	7
4	<i>Написание реферата по теме «Методика применения естественно-средовых факторов в АФК»</i>	15
5	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий»</i>	8
6	<i>Выступление на семинаре «Особенности воспитания физических качеств у инвалидов разных нозологических групп»</i>	8
7	<i>Тестирование по теме/модулю «Теоретические и методические основы АФК».</i>	15
8	<i>Посещение занятий</i>	<i>3 балла x 1 занятие=12 баллов</i>
9	Зачёт по дисциплине	20
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия в 5 семестре

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Теоретические основы АФК», пропущенному студентом</i>	10
2	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий», пропущенному студентом</i>	10
3	<i>Контрольный опрос теме/модулю «Функции АФК», пропущенному студентом</i>	5
4	<i>Тестирование по теме/модулю «Теоретические и методические основы АФК».</i>	10
5	<i>Написание реферата по теме «Воспитание физических качеств у инвалидов», пропущенному студентом</i>	10

Для студентов заочной (ускорен.) формы обучения (6 семестр)

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Организация АФК»</i>	7
2	<i>Выступление на семинаре «АФВ в системе специального образования»</i>	7
3	<i>Коллоквиум по теме «Особенности организации занятий фитнесом с инвалидами»</i>	6
4	<i>Написание реферата по теме «История и современное состояние адаптивного спорта»</i>	15
5	<i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Организация и управление адаптивной физической культурой и адаптивным спортом в России»</i>	7
6	<i>Тестирование по теме/модулю «Организационные основы АФК».</i>	8
7	<i>Посещение занятий</i>	<i>4 балла x 1 занятие=20 баллов</i>
8	Экзамен по дисциплине	30
	ИТОГО	100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия в 6 семестре

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу: «Организация АФК», пропущенному студентом</i>	10
2	<i>Контрольная работа по разделу: «Организация адаптивной физической реабилитации», пропущенному студентом</i>	10
3	<i>Контрольный опрос теме: «Специальная олимпиада. Основные положения»</i>	5
4	<i>Написание реферата по теме: «История и современное состояние адаптивного спорта»</i>	10
5	<i>Выступление на семинаре «Организация и управление физкультурно-массовым движением в России»</i>	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

–

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.Б.18 Теория и организация адаптивной физической культуры»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
(код и наименование)

Направленность (профиль): Физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная, заочная (ускорен.)*

Год набора: 2016г.

Москва – 2016 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 4 зачетных единицы.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 3, 4 семестр - на очной форме обучения, 5, 6 семестр – на заочной, заочной (ускорен.) форме обучения.

Цель освоения дисциплины (модуля): освоение студентами основ фундаментальных знаний в области теории и организации адаптивной физической культуры, теоретическая подготовка к педагогической деятельности в этой области с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и инвалидами по зрению, слуху, с нарушениями интеллекта, речевых функций, поражением опорно-двигательного аппарата.

3. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
ОПК-2	Знать: - историю, закономерности, функции, принципы, средства и методы отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры; - теории, концепции, основные законы, методологию и проблематику адаптивной физической культуры;	4		5
	Уметь: - определять роль и место адаптивной физической культуры в общей системе физической культуры. - опираясь на законы и принципы обучения, воспитания и развития, добиваться максимальной эффективности педагогического процесса.	4		5
ОПК-3	Знать: - опыт работы отечественных и зарубежных специалистов в области адаптивной физической культуры; биологические и психологические закономерности функционирования организма с патологическими изменениями.	4		5
	Уметь: - анализировать отечественный и зарубежный опыт адаптивной физической культуры.	4		5
	Владеть: - навыками обеспечения обоснованного выбора содержания, форм и методов адаптивной физической культуры.	4		5, 6
ОПК-6	Знать: - особенности применения средств, методов и приемов когнитивного и двигательного (моторного) обучения занимающихся; - средства и методы оценки состояния занимающихся.	4		5, 6

	Уметь: - использовать в профессиональной деятельности современные технические средства когнитивного и двигательного (моторного) обучения занимающихся.	4		5, 6
ПК-24	Знать: - методы и средства сбора информации, а также основные источники информации в сфере адаптивной физической культуры; основные актуальные вопросы в сфере адаптивной физической культуры; - принципы организации и проведения научно-исследовательских работ; - основы теории планирования эксперимента; - способы статистической обработки полученных результатов.	4		6
	Уметь: - планировать, правильно организовать и провести различные занятия в сфере адаптивной физической культуры; - осуществлять научный анализ, общение и оформление полученных результатов исследования.	4		6

4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Очная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел 1. Теоретические основы АФК	4	4	10	14		
Тема 1.1. Введение в предмет теории адаптивной физической культуры.	4	2	2	4		
Тема 1.2. Общие и специфические функции АФК.	4	2	2	4		
Тема 1.3. Принципы адаптивной физической культуры.	4		4	4		
Тема 1.4. Адаптивная физическая культура как научный и учебный предмет.	4		2	2		
Раздел 2. Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий.	4	8	16	24		
Тема 2.1. Средства адаптивного физического воспитания.	4		2	4		
Тема 2.2. Методы и методические приемы, применяемые в АФК.	4	2	2	4		

Тема 2.3. Формы занятий адаптивной физической культурой.	4	2	2	4		
Тема 2.4. Основы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	4	2	4	4		
Тема 2.5. Воспитание двигательных способностей в адаптивной физической культуре.	4	2	4	4		
Тема 2.6. Планирование и контроль в адаптивной физической культуре.	4		2	4		
Раздел 3. Организация АФК.	4	12	20	27		
Тема 3.1. Организация адаптивного физического воспитания.	4	2	4	6		
Тема 3.2. Организация адаптивной двигательной рекреации.	4	2	4	4		
Тема 3.3. Организация адаптивной физической реабилитации.	4	2	2	5		
Тема 3.4. Организация адаптивного спорта.	4	4	6	6		
Тема 3.5. Организация и управление адаптивной физической культурой и адаптивным спортом в России.	4	2	4	6		
Итого:	4	24	46	65		Экзамен 9 час.

Заочная форма обучения

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел 1. Теоретические основы АФК	5	2	2	22		
Тема 1.1. Введение в предмет теории адаптивной физической культуры.	5	2		4		
Тема 1.2. Общие и специфические функции АФК.	5		1	6		
Тема 1.3. Принципы адаптивной физической культуры.	5		1	6		
Тема 1.4. Адаптивная физическая культура как научный и учебный предмет.	5			6		
Раздел 2. Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий.	5	2	2	36		

Тема 2.1. Средства адаптивного физического воспитания.	5			4		
Тема 2.2. Методы и методические приемы, применяемые в АФК.	5	2		6		
Тема 2.3. Формы занятий адаптивной физической культурой.	5			6		
Тема 2.4. Основы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	5			8		
Тема 2.5. Воспитание двигательных способностей в адаптивной физической культуре.	5		2	6		
Тема 2.6. Планирование и контроль в адаптивной физической культуре.	5			6		
Итого:		4	4	58		
Раздел 3. Организация АФК.	6	4	4	61		
Тема 3.1. Организация адаптивного физического воспитания.	6	2		12		
Тема 3.2. Организация адаптивной двигательной рекреации.	6		2	12		
Тема 3.3. Организация адаптивной физической реабилитации.	6			12		
Тема 3.4. Организация адаптивного спорта.	6	2		12		
Тема 3.5. Организация и управление адаптивной физической культурой и адаптивным спортом в России.	6		2	13		
Итого:		8	8	119		Экзамен 9 час.

Заочная форма обучения (ускорен.)

Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
Раздел 1. Теоретические основы АФК	5	2		22		
Тема 1.1. Введение в предмет теории адаптивной физической культуры.	5	2		4		
Тема 1.2. Общие и специфические функции АФК.	5			6		
Тема 1.3. Принципы адаптивной физической культуры.	5			6		

Тема 1.4. Адаптивная физическая культура как научный и учебный предмет.	5			6		
Раздел 2. Особенности выбора средств, методов и форм построения занятий.	5	2	4	33		
Тема 2.1. Средства адаптивного физического воспитания.	5			4		
Тема 2.2. Методы и методические приемы, применяемые в АФК.	5	2		5		
Тема 2.3. Формы занятий адаптивной физической культурой.	5			5		
Тема 2.4. Основы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	5		2	8		
Тема 2.5. Воспитание двигательных способностей в адаптивной физической культуре.	5		2	6		
Тема 2.6. Планирование и контроль в адаптивной физической культуре.	5			5		
Итого:		4	4	55		Зачет
Раздел 3. Организация АФК.	6	4	6	62		
Тема 3.1. Организация адаптивного физического воспитания.	6	2	2	10		
Тема 3.2. Организация адаптивной двигательной рекреации.	6		2	12		
Тема 3.3. Организация адаптивной физической реабилитации.	6			12		
Тема 3.4. Организация адаптивного спорта.	6	2		14		
Тема 3.5. Организация и управление адаптивной физической культурой и адаптивным спортом в России.	6		2	14		
Итого:		8	10	117		Экзамен 9 час.

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра физической реабилитации и оздоровительной физической
культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Б.19 Частная патология»

Направление подготовки: 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)"

Профиль: физическая реабилитация, лечебная физическая культура, адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная и заочная ускоренная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 66 от 26 апреля 2016г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
физической реабилитации и оздоровительной
физической культуры
Протокол №37 от 25 мая 2017 г.

Составители:

Валеев Наиль Мустафович, к.м.н., профессор, профессор; Иванова Надежда Леонидовна, к.п.н., доц., доцент; Козырева Ольга Владимировна, д.п.н., профессор, профессор кафедры физической реабилитации и оздоровительной физической культуры

Рецензент:

Тарасов Александр Викторович, к.м.н., доц., доцент кафедры спортивной медицины

1.Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины: получение знаний по этиологии, патогенезу, клинической картине и основным методам лечения травм и заболеваний различных систем организма человека с целью в дальнейшем грамотного применения средств физической реабилитации студентами, обучающимися по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)».

Язык обучения: русский.

2.Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Частная патология» относится к базовой части ООП, преподается на 2 курсе обучения (в 3 семестре) - очная форма обучения, на 3 курсе (5 семестре) - заочная форма обучения, 2 курсе (3 семестре) - заочная (ускоренная) форма обучения.

Эта дисциплина введена в стандарт в связи с требованием расширения и углубления медицинских знаний студентов в области частной патологии, необходимых студентам всех профилей направления подготовки 49.03.02.

Невозможно стать грамотным бакалавром в области адаптивной физической культуры, не зная этиологию, патогенез, лечение и клиническую картину различных повреждений и заболеваний. Изучение этого материала, а также применяемых методов лечения и реабилитации позволяет студентам понять, какое место занимают физические упражнения и другие физические факторы в реабилитации больных и травмированных.

Только в этом случае, когда специалист знает и понимает, что происходит в организме больного в разные периоды заболевания, он может грамотно и эффективно выбрать и применить различные физические средства реабилитации.

Чтение курса «Частная патология» должно осуществляться таким образом, чтобы подчеркивались те вопросы и моменты, которые особенно важны для выбора средств и методики их применения в адаптивной физической

культуре и физической реабилитации, а также в первичной и вторичной профилактике.

Изучение курса «Частная патология» должно начинаться после того, как студенты закончили, или заканчивают изучение таких дисциплин, как анатомия, физиология, общая патология и тератология, комплексная реабилитация больных и инвалидов и опережать изучение профильных дисциплин вариативной части.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Частная патология», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	Заочная ускоренная форма обучения
1	2	3	4	5
ОК -17	<i>Владеть:</i> - навыками работы с компьютером как средством управления информацией; - технологиями работы в различных программных приложениях.	3	5	3
ОПК-4	<i>Знать:</i> - биологические и психологические закономерности функционирования организма с патологическими изменениями; - морфофункциональные и социально-психологические особенности различных нозологических и половозрастных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	3	5	3
ОПК-10	<i>Знать:</i> - Основные заболевания и причины их возникновения у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	3	5	3
ПК-11	<i>Владеть:</i> - навыками самообразования и поиска актуальных литературных источников по восстановлению утраченных функций организма у различных нозологических групп.	3	5	3

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы, 144 академических часа.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Травматология		4	8	10		
1.1	Понятие о травме и травматической болезни. Виды травматизма. Современные методы лечения в травматологии	3	2	1	2		
1.2	Повреждение верхних конечностей и плечевого пояса	3	2	2	2		
1.3	Повреждение нижних конечностей	3	-	1	2		
1.4	Повреждение позвоночника	3	-	2	2		
1.5	Повреждение костей таза	3	-	2	2		
2	Заболевания органов дыхания		2	8	10		
2.1	Пневмония и плеврит	3	2	2	2		
2.2	Бронхит и бронхоэктатическая болезнь	3	-	2	2		
2.3	Бронхиальная астма и эмфизема легких.	3	-	4	2		
2.4	Хроническая обструктивная болезнь легких. Туберкулез легких.	3	-	2	2		
3	Болезни системы кровообращения		4	8	13		
3.1	Понятие о недостаточности кровообращения. Атеросклероз.	3	2	1	2		
3.2	Ишемическая болезнь сердца: стенокардия, инфаркт миокарда	3	2	1	3		
3.3	Гипертоническая и гипотоническая болезнь.	3	-	2	2		
3.4	Пороки сердца	3	-	2	2		
3.5	Нейроциркуляторная дистония	3	-	1	2		
3.6	Облитерирующий эндартериит и варикозное расширение вен	3	-	1	2		
4	Заболевания органов		4	8	10		

	пищеварения и нарушения обмена веществ.						
4.1	Гастриты	3	2	-	2		
4.2	Язвенная болезнь желудка, двенадцатиперстной кишки	3	2	-	1		
4.3	Дисфункция кишечника	3		1	1		
4.4	Энтероптозы	3		1	1		
4.5	Хронический холецистит	3		1	1		
4.6	Хронический панкреатит	3		1	1		
4.7	Сахарный диабет	3		2	1		
4.8	Ожирение	3		2	1		
4.9	Подагра	3		-	1		
5	Заболевания мочевыделительной системы		2	6	10		
5.1	Гломерулонефрит и пиелонефрит	3	1	4	6		
5.2	Почечно-каменная болезнь	3	1	2	4		
6	Заболевания и повреждения нервной системы		4	10	14		
6.1	Нарушение мозгового кровообращения	3	2	1	4		
6.2	Травматическая болезнь спинного мозга	3	2	1	2		
6.3	Повреждение заболевание периферических нервов	3	-	2	2		
6.4	Остеохондроз позвоночника	3	-	2	2		
6.5	Черепно-мозговая травма	3	-	2	2		
6.6	Неврозы	3	-	2	2		
Итого часов:		144	20	48	67	9	экзамен

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Травматология		1	2	22		
1.1	Понятие о травме и травматической болезни. Виды травматизма. Современные методы лечения в	5	1	-	6		

	травматологии						
1.2	Повреждение верхних конечностей и плечевого пояса	5		1	4		
1.3	Повреждение нижних конечностей	5		1	4		
1.4	Повреждение позвоночника	5			4		
1.5	Повреждение костей таза	5			4		
2	Заболевания органов дыхания		1	2	20		
2.1	Пневмония и плеврит	5	1	-	6		
2.2	Бронхит и бронхоэктатическая болезнь	5	-	1	4		
2.3	Бронхиальная астма и эмфизема легких.	5	-	1	4		
2.4	Хроническая обструктивная болезнь легких. Туберкулез легких.	5	-	-	4		
3	Болезни системы кровообращения		1	2	20		
3.1	Понятие о недостаточности кровообращения. Атеросклероз.	5	1	-	4		
3.2	Ишемическая болезнь сердца: стенокардия, инфаркт миокарда	5	-	1	4		
3.3	Гипертоническая и гипотоническая болезнь.	5	-	1	4		
3.4	Пороки сердца	5	-	-	4		
3.5	Нейроциркуляторная дистония	5	-	-	2		
3.6	Облитерирующий эндартериит и варикозное расширение вен	5	-	-	2		
4	Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ.		-	2	20		
4.1	Гастриты	5	-	1	4		
4.2	Язвенная болезнь желудка, двенадцатиперстной кишки	5	-	1	2		
4.3	Дисфункция кишечника	5	-	-	2		
4.4	Энтероптозы	5	-	-	2		
4.5	Хронический холецистит	5	-	-	2		
4.6	Хронический панкреатит	5	-	-	2		
4.7	Сахарный диабет	5	-	-	2		
4.8	Ожирение	5	-	-	2		
4.9	Подагра	5	-	-	2		
5	Заболевания мочевыделительной системы		-	-	17		
5.1	Гломерулонефрит и пиелонефрит	5	-	-	10		
5.2	Почечно-каменная болезнь	5	-	-	7		
6	Заболевания и повреждения нервной системы		1	2	24		

6.1	Нарушение мозгового кровообращения	5	1	—	4		
6.2	Травматическая болезнь спинного мозга	5	-	1	4		
6.3	Повреждение периферических нервов заболевание	5	-	—	4		
6.4	Остеохондроз позвоночника	5	-	1	4		
6.5	Черепно-мозговая травма	5	-	-	4		
6.6	Неврозы	5	-	-	4		
Итого часов:		144	4	10	121	9	экзамен

заочная (ускоренная) форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Травматология		1	2	22		
1.1	Понятие о травме и травматической болезни. Виды травматизма. Современные методы лечения в травматологии	5	1	-	6		
1.2	Повреждение верхних конечностей и плечевого пояса	5		1	4		
1.3	Повреждение нижних конечностей	5		1	4		
1.4	Повреждение позвоночника	5			4		
1.5	Повреждение костей таза	5			4		
2	Заболевания органов дыхания		1	2	20		
2.1	Пневмония и плеврит	5	1	-	6		
2.2	Бронхит и бронхоэктатическая болезнь	5	-	1	4		
2.3	Бронхиальная астма и эмфизема легких.	5	-	1	4		
2.4	Хроническая обструктивная болезнь легких. Туберкулез легких.	5	-	-	4		
3	Болезни системы кровообращения		1	2	20		
3.1	Понятие о недостаточности кровообращения. Атеросклероз.	5	1	-	4		

3.2	Ишемическая болезнь сердца: стенокардия, инфаркт миокарда	5	-	1	4		
3.3	Гипертоническая и гипотоническая болезнь.	5	-	1	4		
3.4	Пороки сердца	5	-	-	4		
3.5	Нейроциркуляторная дистония	5	-	-	2		
3.6	Облитерирующий эндартериит и варикозное расширение вен	5	-	-	2		
4	Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ.		-	-	22		
4.1	Гастриты	5	-	-	4		
4.2	Язвенная болезнь желудка, двенадцатиперстной кишки	5	-	-	2		
4.3	Дисфункция кишечника	5	-	-	2		
4.4	Энтероптозы	5	-	-	2		
4.5	Хронический холецистит	5	-	-	2		
4.6	Хронический панкреатит	5	-	-	2		
4.7	Сахарный диабет	5	-	-	2		
4.8	Ожирение	5	-	-	2		
4.9	Подагра	5	-	-	2		
5	Заболевания мочевыделительной системы		-	-	17		
5.1	Гломерулонефрит и пиелонефрит	5	-	-	10		
5.2	Почечно-каменная болезнь	5	-	-	7		
6	Заболевания и повреждения нервной системы		1	2	24		
6.1	Нарушение мозгового кровообращения	5	1	-	4		
6.2	Травматическая болезнь спинного мозга	5	-	1	4		
6.3	Повреждение заболевание периферических нервов	5	-	-	4		
6.4	Остеохондроз позвоночника	5	-	1	4		
6.5	Черепно-мозговая травма	5	-	-	4		
6.6	Неврозы	5	-	-	4		
Итого часов:		144	4	8	123	9	экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в

Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Формой промежуточной аттестации по дисциплине является экзамен.

**Перечень примерных вопросов для подготовки к экзамену
по курсу «Частная патология»**

1. Дайте определение понятия травма и охарактеризуйте виды травматизма.
2. Виды травм и их общая характеристика.
3. Перечислите современные методы лечения в травматологии.
4. Понятие о травматической болезни. Этиопатогенез. Клиническая картина.
5. Дайте определение понятия «перелом», его признаки. Виды переломов.
6. Перелом лопатки. Причины, клинические симптомы, иммобилизация и лечение.
7. Вывихи и переломы ключицы. Этиология, клиническая картина, иммобилизация и лечение.
8. Переломы проксимального и дистального конца плечевой кости. Причины, клиническая картина, иммобилизация и лечение.
9. Вывихи в плечевом суставе: этиология, симптоматика, лечение.
10. Этиопатогенез и клинические проявления привычного вывиха плеча, основные методы лечения.
11. Охарактеризуйте повреждения предплечья, их симптоматику, иммобилизацию и лечение.
12. Опишите повреждения костей кисти (переломы и вывихи костей запястья, пястных костей и фаланг пальцев): этиология, клинические

проявления, лечение.

13.Переломы диафиза бедренной кости. Этиология, клиническая картина. Иммобилизация. Лечение.

14.Переломы бедренной кости в области тазобедренного сустава. Клиническая картина. Иммобилизация. Виды лечения.

15.Дайте характеристику повреждений в коленном суставе: этиология, клинические проявления методы лечения.

16.Повреждения менисков коленного сустава. Этиопатогенез. Клиническая картина. Лечение.

17.Повреждения боковых и крестообразных связок коленного сустава. Симптоматика. Лечение.

18.Внутрисуставные переломы бедра и большеберцовой кости в коленном суставе. Клиническая картина. Иммобилизация. Лечение.

19.Перечислите повреждения голени и опишите их клиническую картину, виды иммобилизации и лечение.

20.Переломы лодыжек, причины, клиническая картина, иммобилизация, лечение.

21.Перечислите переломы костей стопы и охарактеризуйте их клиническую картину, иммобилизацию и лечение.

22.Компрессионные переломы тел позвонков. Этиопатогенез. Симптоматика. Лечение.

23.Перечислите виды переломов костей таза.

24.Перелом тазового кольца без нарушения непрерывного тазового кольца. Этиопатогенез, симптоматика, иммобилизация и лечение.

25.Дайте характеристику перелома Мальгенья и его лечение.

26.Перелом вертлужной впадины. Этиопатогенез. Симптоматика, лечение.

27.Бронхиты: понятие, этиопатогенез, клинические проявления, лечение и профилактика.

28. Понятие о пневмонии, причины возникновения, основные клинические синдромы, методы лечения.

29. Сухой и экссудативный плевриты: характеристика причин возникновения, клинические проявления, средства лечения.

30. Бронхиальная астма: понятие, этиопатогенез, клинические проявления, лечение и профилактика.

31. Дайте определение заболеванию «эмфизема легких», этиология, патогенез, основные клинические симптомы, средства лечения.

32. Хроническая обструктивная болезнь легких: определение, причины возникновения, основные клинические симптомы, методы лечения.

33. Туберкулез легких: определение, виды, причины возникновения, симптомы, лечение и профилактика.

34. Понятие о бронхоэктатической болезни: определение, причины возникновения, основные стадии развития болезни, лечение и профилактика.

35. Эпидемиология заболеваний системы кровообращения. Понятие об острой и хронической недостаточности кровообращения (ХНК). Степени ХНК.

36. Атеросклероз. Эпидемиология. Этиология. Факторы риска в возникновении атеросклероза.

37. Дайте определения понятия «ишемическая болезнь сердца» и охарактеризуйте ее клинические формы.

38. Ишемическая болезнь сердца (ИБС). Эпидемиология. Этиопатогенез. Клиника. Лечение и реабилитация.

39. Функциональные классы при ИБС и их определение.

40. Стенокардия покоя и напряжения. Формы стенокардии по течению: редкие приступы, стабильная и нестабильная стенокардия, прединфарктное состояние.

41. Инфаркт миокарда (ИМ). Эпидемиология. Этиопатогенез. Клиника и течение. Лечение и реабилитация.

42. Классификация ИМ по величине и локализации. Четыре степени

тяжести миокарда.

43.Лечение ИМ медикаментозное и немедикаментозное. Двигательные режимы в разные периоды заболевания.

44.Понятие «порок сердца». Приобретенные пороки сердца: этиология, виды, патогенез, клинические проявления, лечение.

45.Врожденные пороки сердца: понятие, этиология, патогенез, клинические проявления, основные методы лечения.

46.Гипертоническая болезнь. Этиопатогенез. Классификация. Клиническая картина гипертонической болезни. Лечение, профилактика.

47.Понятие о гипотонической болезни первичной и вторичной. Этиопатогенез. Клинические симптомы, Лечение, профилактика.

48.Дайте определение понятия нейроциркуляторная дистония (НЦД). Эпидемиология. Этиопатогенез. Клиническая картина. Лечение и реабилитация.

49.Облитерирующий эндартериит. Эпидемиология. Этиопатогенез. Клиническая картина. Лечение и реабилитация.

50.Варикозное расширение вен нижних конечностей. Эпидемиология. Этиопатогенез. Клиническое течение и лечение.

51.Дайте характеристику острых и хронических гастритов, их течения, клинической картины и лечения.

52.Язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки. Эпидемиология. Этиопатогенез. Клиническая картина, течение и лечение.

53.Воспалительные заболевания кишечника. Атонические и спастические колиты. Этиология и патогенез. Клиническая картина. Методы лечения.

54.Дискинезия кишечника. Атонические и спастические колиты. Этиология и патогенез. Клиническая картина. Методы лечения.

55.Опущение органов брюшной полости. Этиопатогенез. Клиническая картина. Методы лечения.

56.Хронический холецистит. Этиопатогенез. Клиническая картина и течение. Методы лечения.

57.Хронический панкреатит. Этиопатогенез. Клиническая картина и течение. Методы лечения.

58.Сахарный диабет. Этиопатогенез. Клиническая картина и клинические формы. Течение. Методы лечения и профилактика.

59.Подагра. Этиопатогенез. Клиническая картина и течение. Методы лечения.

60.Дайте понятие об ожирении. Классификация. Этиопатогенез, клиническая картина и методы лечения.

61.Острый и хронический гломерулонефрит. Этиопатогенез. Клиника. Течение. Методы лечения.

62.Острый и хронический пиелонефрит. Этиопатогенез. Клиническое течение. Методы лечения.

63.Почечнокаменная болезнь. Этиопатогенез. Симптомы. Течение. Методы лечения.

64.В чем различия центральных и периферических параличей. Механизмы патогенеза. Гемипарезы и парапарезы.

65.Виды расстройств кровообращения головного мозга.

66.Клинические и патогенетические различия геморрагических и ишемических инсультов.

67.Патогенетические механизмы клинических проявлений острого и отдаленного периодов черепно-мозговой травмы.

68.Понятие о травматической болезни спинного мозга (ТБСМ). Патогенез развития основных клинических проявлений при повреждениях спинного мозга.

69.Клиническая картина позднего периода ТБСМ при повреждении шейного отдела позвоночника.

70.Механизм развития двигательных расстройств при травме поясничного

отдела позвоночника.

71. Клиническое проявление остеохондроза позвоночника шейной локализации. Механизмы патогенеза.

72. Симптоматика поясничного остеохондроза позвоночника. Периоды течения заболевания.

73. Симптоматика поражений нервных сплетений и нервных стволов верхних и нижних конечностей.

74. Основные этиологические факторы развития полиневритов, клинические проявления.

75. Клинические проявления функциональных расстройств нервной системы (неврозы).

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины

а) Основная литература:

1. Частная патология: учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования / С. Н. Попов, Н. М. Валеев, Т. С. Гарасева и др.; под ред. С. Н. Попова. - М.: ИЦ «Академия», 2004. – 256 с.

2. Физическая реабилитация: учеб. для студентов бакалавриата и магистратуры по направлению подгот. "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья". в 2 т.: рек. ЭМС Ин-та науч.-пед. образования ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / под ред. С.Н. Попова. - М.: Academia, 2013.

б) Дополнительная литература:

1. Древинг, Е.Ф. Травматология: методика занятий лечеб. физкультурой. - М.: Познават. кн. плюс, 2002. - 208 с.

2. Ланская, О.В. Частная патология мочевыделительной системы: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032102 рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта/ О.В. Ланская; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. образоват. учреждение высш.

проф. образования "Великолук. гос. акад. физ. культуры и спорта". - Великие Луки, 2011. - 80 с.

3.Лисовский, В.А. Частная патология (внутренние болезни): учеб. пособие для высш. и сред. проф. учеб. заведений, осуществляющих образоват. деятельность по специальностям 022500: рек. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту / В.А. Лисовский, В.Ю. Голофеевский. - М.: Сов. спорт, 2004. - 278 с.

4.Справочник по детской лечебной физкультуре/ Под ред. М.И. Фонарева. - Л.: Медицина, 1983. – 360 с.

5.Ходасевич, Л.С. Частная патология: конспекты лекций для студентов спец. 022500: доп. УМО по образованию культуры и спорта Мин-ва образования РФ: учеб. пособие для вуз, акад. и ун-тов физ. культуры, фак. физ. воспитания пед. вузов / Л.С. Ходасевич, Н.Д. Гончарова; Сочин. гос. ун-т туризма и курорт. дела, Ин-т физ. культуры, Каф. мед.-биолог. дисциплин. - Сочи: РИО СГУТиКД, 2003. - 240 с.

6.Частная патология: метод. рекомендации для подгот. к семинар. и практ. занятиям и для самостоят. изучения дисциплины: утв. и рек. Эмс ИТРРиФ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"/ сост.: Гарасева Т.С. [и др.]; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, ФГБОУ ВПО "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. ЛФК, массажа и реабилитации. - М.:РГУФКСМИТ, 2012.- 193 с.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://con-med.ru/magazines/> - «Consilium medicum».

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

○Операционная система – Microsoft Windows.

○Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.

- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru

- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1.Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2.Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Частная патология» для обучающихся института ТРРиФ, 2, 3 курсов направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» профилям физическая реабилитация, лечебная физическая культура, адаптивное физическое воспитание очной, заочной и заочной (ускоренной) форм обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ФР и ОФК.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр (очная и заочная ускоренная форма),
5 (заочная форма).

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Тестирование по разделу «Заболевания органов дыхания»	5 неделя	5 баллов
2	Опрос по разделу «Заболевания органов дыхания»	5 неделя	8 баллов
3	Презентация по разделу «Болезни системы кровообращения»	6,7 неделя	4 балла
4	Опрос по разделу «Болезни системы кровообращения»	8 неделя	8 баллов
5	Презентация по разделу «Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ»	9 неделя	4 балла
6	Презентация по разделу «Заболевания и повреждения нервной системы».	10,11 неделя	4 балла
7	Опрос по разделу «Заболевания и повреждения нервной системы».	12 неделя	8 баллов
8	Презентация по разделу «Травматология»	13 неделя	4 балла
9	Опрос по разделу «Травматология»	14 неделя	8 баллов
10	Посещение занятий	В течение семестра	17 баллов 0,5 балла за одно занятие (34 занятия * 0,5)
	Экзамен		30
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Устный опрос по разделу «Заболевания органов дыхания»	15
2	Реферат по выбранной теме из раздела «Заболевания системы кровообращения»	10
3	Презентация на выбранную тему из раздела «Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ», пропущенную студентом	5
4	Презентация на выбранную тему, раздел «Заболевания и повреждения нервной системы», пропущенную студентом	5
5	Контрольная работа по разделу «Травматология»	15

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

**Кафедра физической реабилитации и оздоровительной физической
культуры**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

«Б1.Б.19 Частная патология»

Направление подготовки: 49.03.02 "Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)"

Профиль: физическая реабилитация, лечебная физическая культура, адаптивное физическое воспитание

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная и заочная ускоренная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины: 4 зачетные единицы.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: 3 семестр (очная и заочная ускоренная формы обучения), 5 семестр (заочная форма обучения).

3.Цель освоения дисциплины: получение знаний по этиологии, патогенезу, клинической картине и основным методам лечения травм и заболеваний различных систем организма человека с целью в дальнейшем грамотного применения средств физической реабилитации студентами, обучающимися по направлению подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)».

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	Заочная ускоренная форма обучения
1	2	3	4	5
ОК -17	<i>Владеть:</i> - навыками работы с компьютером как средством управления информацией; - технологиями работы в различных программных приложениях.	3	5	3
ОПК-4	<i>Знать:</i> - биологические и психологические закономерности функционирования организма с патологическими изменениями; - морфофункциональные и социально-психологические особенности различных нозологических и половозрастных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	3	5	3
ОПК-10	<i>Знать:</i> - Основные заболевания и причины их возникновения у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	3	5	3
ПК-11	<i>Владеть:</i> - навыками самообразования и поиска актуальных литературных источников по восстановлению утраченных функций организма у различных нозологических групп.	3	5	3

5. Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Травматология		4	8	10		
1.1	Понятие о травме и травматической болезни. Виды травматизма. Современные методы лечения в травматологии	3	2	1	2		
1.2	Повреждение верхних конечностей и плечевого пояса	3	2	2	2		
1.3	Повреждение нижних конечностей	3	-	1	2		
1.4	Повреждение позвоночника	3	-	2	2		
1.5	Повреждение костей таза	3	-	2	2		
2	Заболевания органов дыхания		2	8	10		
2.1	Пневмония и плеврит	3	2	2	2		
2.2	Бронхит и бронхоэктатическая болезнь	3	-	2	2		
2.3	Бронхиальная астма и эмфизема легких.	3	-	4	2		
2.4	Хроническая обструктивная болезнь легких. Туберкулез легких.	3	-	2	2		
3	Болезни системы кровообращения		4	8	13		
3.1	Понятие о недостаточности кровообращения. Атеросклероз.	3	2	1	2		
3.2	Ишемическая болезнь сердца: стенокардия, инфаркт миокарда	3	2	1	3		
3.3	Гипертоническая и гипотоническая болезнь.	3	-	2	2		
3.4	Пороки сердца	3	-	2	2		
3.5	Нейроциркуляторная дистония	3	-	1	2		
3.6	Облитерирующий эндартериит и варикозное расширение вен	3	-	1	2		
4	Заболевания органов		4	8	10		

	пищеварения и нарушения обмена веществ.						
4.1	Гастриты	3	2	-	2		
4.2	Язвенная болезнь желудка, двенадцатиперстной кишки	3	2	-	1		
4.3	Дисфункция кишечника	3		1	1		
4.4	Энтероптозы	3		1	1		
4.5	Хронический холецистит	3		1	1		
4.6	Хронический панкреатит	3		1	1		
4.7	Сахарный диабет	3		2	1		
4.8	Ожирение	3		2	1		
4.9	Подагра	3		-	1		
5	Заболевания мочевыделительной системы		2	6	10		
5.1	Гломерулонефрит и пиелонефрит	3	1	4	6		
5.2	Почечно-каменная болезнь	3	1	2	4		
6	Заболевания и повреждения нервной системы		4	10	14		
6.1	Нарушение мозгового кровообращения	3	2	1	4		
6.2	Травматическая болезнь спинного мозга	3	2	1	2		
6.3	Повреждение заболевание периферических нервов	3	-	2	2		
6.4	Остеохондроз позвоночника	3	-	2	2		
6.5	Черепно-мозговая травма	3	-	2	2		
6.6	Неврозы	3	-	2	2		
Итого часов: 144			20	48	67	9	экзамен

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Травматология		1	2	22		
1.1	Понятие о травме и травматической болезни. Виды травматизма. Современные методы лечения в травматологии	5	1	-	6		

1.2	Повреждение верхних конечностей и плечевого пояса	5		1	4		
1.3	Повреждение нижних конечностей	5		1	4		
1.4	Повреждение позвоночника	5			4		
1.5	Повреждение костей таза	5			4		
2	Заболевания органов дыхания		1	2	20		
2.1	Пневмония и плеврит	5	1	-	6		
2.2	Бронхит и бронхоэктатическая болезнь	5	-	1	4		
2.3	Бронхиальная астма и эмфизема легких.	5	-	1	4		
2.4	Хроническая обструктивная болезнь легких. Туберкулез легких.	5	-	-	4		
3	Болезни системы кровообращения		1	2	20		
3.1	Понятие о недостаточности кровообращения. Атеросклероз.	5	1	-	4		
3.2	Ишемическая болезнь сердца: стенокардия, инфаркт миокарда	5	-	1	4		
3.3	Гипертоническая и гипотоническая болезнь.	5	-	1	4		
3.4	Пороки сердца	5	-	-	4		
3.5	Нейроциркуляторная дистония	5	-	-	2		
3.6	Облитерирующий эндартериит и варикозное расширение вен	5	-	-	2		
4	Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ.		-	2	20		
4.1	Гастриты	5	-	1	4		
4.2	Язвенная болезнь желудка, двенадцатиперстной кишки	5	-	1	2		
4.3	Дисфункция кишечника	5	-	-	2		
4.4	Энтероптозы	5	-	-	2		
4.5	Хронический холецистит	5	-	-	2		
4.6	Хронический панкреатит	5	-	-	2		
4.7	Сахарный диабет	5	-	-	2		
4.8	Ожирение	5	-	-	2		
4.9	Подагра	5	-	-	2		
5	Заболевания мочевыделительной системы		—	—	17		
5.1	Гломерулонефрит и пиелонефрит	5	—	—	10		
5.2	Почечно-каменная болезнь	5	—	—	7		
6	Заболевания и повреждения нервной системы		1	2	24		
6.1	Нарушение мозгового кровообращения	5	1	—	4		
6.2	Травматическая болезнь спинного	5	-	1	4		

	мозга						
6.3	Повреждение заболевание периферических нервов	5	-	—	4		
6.4	Остеохондроз позвоночника	5	-	1	4		
6.5	Черепно-мозговая травма	5	-	-	4		
6.6	Неврозы	5	-	-	4		
Итого часов:		144	4	10	121	9	экзамен

заочная (ускоренная) форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Травматология		1	2	22		
1.1	Понятие о травме и травматической болезни. Виды травматизма. Современные методы лечения в травматологии	5	1	-	6		
1.2	Повреждение верхних конечностей и плечевого пояса	5		1	4		
1.3	Повреждение нижних конечностей	5		1	4		
1.4	Повреждение позвоночника	5			4		
1.5	Повреждение костей таза	5			4		
2	Заболевания органов дыхания		1	2	20		
2.1	Пневмония и плеврит	5	1	-	6		
2.2	Бронхит и бронхоэктатическая болезнь	5	-	1	4		
2.3	Бронхиальная астма и эмфизема легких.	5	-	1	4		
2.4	Хроническая обструктивная болезнь легких. Туберкулез легких.	5	-	-	4		
3	Болезни системы кровообращения		1	2	20		
3.1	Понятие о недостаточности кровообращения. Атеросклероз.	5	1	-	4		
3.2	Ишемическая болезнь сердца: стенокардия, инфаркт миокарда	5	-	1	4		

3.3	Гипертоническая и гипотоническая болезнь.	5	-	1	4		
3.4	Пороки сердца	5	-	-	4		
3.5	Нейроциркуляторная дистония	5	-	-	2		
3.6	Облитерирующий эндартериит и варикозное расширение вен	5	-	-	2		
4	Заболевания органов пищеварения и нарушения обмена веществ.		-	-	22		
4.1	Гастриты	5	-	-	4		
4.2	Язвенная болезнь желудка, двенадцатиперстной кишки	5	-	-	2		
4.3	Дисфункция кишечника	5	-	-	2		
4.4	Энтероптозы	5	-	-	2		
4.5	Хронический холецистит	5	-	-	2		
4.6	Хронический панкреатит	5	-	-	2		
4.7	Сахарный диабет	5	-	-	2		
4.8	Ожирение	5	-	-	2		
4.9	Подагра	5	-	-	2		
5	Заболевания мочевыделительной системы		—	—	17		
5.1	Гломерулонефрит и пиелонефрит	5	—	—	10		
5.2	Почечно-каменная болезнь	5	—	—	7		
6	Заболевания и повреждения нервной системы		1	2	24		
6.1	Нарушение мозгового кровообращения	5	1	—	4		
6.2	Травматическая болезнь спинного мозга	5	-	1	4		
6.3	Повреждение заболевание периферических нервов	5	-	—	4		
6.4	Остеохондроз позвоночника	5	-	1	4		
6.5	Черепно-мозговая травма	5	-	-	4		
6.6	Неврозы	5	-	-	4		
Итого часов:		144	4	8	123	9	экзамен

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.20 Специальная психология»

Направление подготовки:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная, ускоренная*

Год набора 2016г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института ТРРиФ
Протокол № 66 от «26» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики адаптивной физической культуры
(наименование)
Протокол № 22/1 от «7» июня 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Составители:

Кичигина Ольга Юрьевна – ст. преподаватель кафедры теории и методики
адаптивной физической культуры ФГБОУ ВО (РГУФКСМиТ).

Рецензент:

Цель освоения дисциплины (модуля)

Целями освоения дисциплины (модуля) профессионального цикла базовой части *«Специальная психология»* является: ознакомление студентов с закономерностями развития аномальных детей, формирование практических навыков психологической коррекции детей с различными видами психического дизонтогенеза. Дисциплина (модуль) **«Специальная психология»** реализуется на русском языке.

Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина **«Специальная психология»** является обязательной и относится к дисциплинам базовой части, программа составлена в соответствии с требованиями третьего ФГОС по направлению подготовки *«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»*, профилю *«Физическая реабилитация»*.

Содержание дисциплины обеспечивает ее сопряжение общенаучным и профессиональным циклам учебного плана подготовки бакалавра по ФГОС ВО 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура).

Междисциплинарные связи осуществляются в процессе освоения материала по предметам *«Психология и педагогика»*, *«Частная патология»*, *«Специальная педагогика»*, *«Лечебная физическая культура»*, *«Комплексная реабилитация больных и инвалидов»*, *«Частные методики адаптивной физической культуры»*.

В соответствие с этим, дисциплина *«Специальная психология»*, является интегрирующей, формирующей профессиональные компетентности бакалавра по адаптивной физической культуре, преимущественная деятельность которого связана с физкультурно-оздоровительной, коррекционно-развивающей работой с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-8	<i>Знать:</i> термины и понятия адаптивной физической культуры; закономерности и принципы воспитания физических способностей	4		6
	<i>Знать:</i> факторы проявления двигательных способностей	4		6
	<i>Знать:</i> особенности формирования психических качеств в процессе адаптивной физической культуры.	4		6
	<i>Уметь:</i> диагностировать уровень развития физических способностей	4		6
	<i>Владеть:</i> навыками определения актуального и потенциального уровня физического развития, зоны ближайшего развития	4		6
ПК-9	<i>Знать:</i> клинико-этиологические особенности, особенности психофизического развития и сенситивные периоды развития физических качеств различных категорий лиц с отклонениями в состоянии здоровья	4		6
	<i>Уметь:</i> анализировать и оценивать уровень психофизического развития и физической подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья;	4		6
	<i>Уметь:</i> системно анализировать и выбирать средства адаптивного физического воспитания с учетом клинико-этиологических особенностей различных категорий лиц с отклонениями в состоянии здоровья	4		6
	<i>Владеть:</i> навыками развития психических и физических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов;	4		6
	<i>Владеть:</i> технологиями использования средств и методов адаптивного физического воспитания для развертывания основных функций у лиц с ОВЗ с учетом этиологии и патогенеза основного заболевания	4		6

2. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **3 зачетные единицы, 108 академических часов.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Се мес тр	Виды учебной работы, включая	Формы текущего контроля

			самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы специальной психологии	4	2	8	15		
2	Тема 1.Общее понятие о специальной психологии; ее значение как научной дисциплины для системы образования	4	2		3		
3	Тема 2. Проблемы развития психики в психологии, педагогике, медицине. Разграничение понятий «норма» и «дефект»	4		2	4		
4	Тема 3. Общие и специфические закономерности нормального и аномального развития. Понятие дизонтогенеза	4		2	4		
5	Тема 4.Уровни психолого-педагогической диагностики и методы ее реализации. Особенности работы практического психолога в специализированных учебных учреждениях	4		4	4		
6	Раздел 2. Частные разделы специальной психологии	4	14	28	32		
7	Тема 5. Психологические особенности детей с ЗПР	4	2	4	4		

8	Тема 6. Олигофренопсихология	4	2	4	4		
9	Тема 7. Логопсихология	4	2	2	4		
10	Тема 8. Сурдопсихология	4	2	4	4		
11	Тема 9. Тифлопсихология	4	2	4	4		
12	Тема 10. Психология детей с нарушениями функций ОДА	4	2	4	4		
13	Тема 11. Психологическая характеристика детей с отклонениями в эмоционально-волевой сфере	4	2	2	4		
14	Тема 12. Психологические особенности детей с комплексными нарушениями в развитии	4		4	4		
Итого 108			16	36	47	9	Экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского характера	Самостоятель ная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы специальной психологии	4	2		23		
2	Тема 1.Общее понятие о специальной психологии; ее значение как научной	4			5		

	дисциплины для системы образования						
3	Тема 2. Проблемы развития психики в психологии, педагогике, медицине. Разграничение понятий «норма» и «дефект»	4			5		
4	Тема 3. Общие и специфические закономерности нормального и аномального развития. Понятие дизонтогенеза	4	2		5		
5	Тема 4. Уровни психолого-педагогической диагностики и методы ее реализации. Особенности работы практического психолога в специализированных учебных учреждениях	4			8		
6	Раздел 2. Частные разделы специальной психологии	4	2	6	66		
7	Тема 5. Психологические особенности детей с ЗПР	4		2	8		
8	Тема 6. Олигофренопсихология	4	2		8		
9	Тема 7. Логопсихология	4		2	8		
10	Тема 8. Сурдопсихология	4		2	8		
11	Тема 9. Тифлопсихология	4			8		
12	Тема 10. Психология детей с нарушениями функций ОДА	4			10		
13	Тема 11. Психологическая характеристика детей с отклонениями в эмоционально-волевой сфере	4			8		
14	Тема 12. Психологические особенности детей с	4			8		

	комплексными нарушениями в развитии						
Итого 108			4	6	89	9	Экзамен

Ускоренная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы специальной психологии	4	2		23		
2	Тема 1.Общее понятие о специальной психологии; ее значение как научной дисциплины для системы образования	4			5		
3	Тема 2. Проблемы развития психики в психологии, педагогике, медицине. Разграничение понятий «норма» и «дефект»	4			5		
4	Тема 3. Общие и специфические закономерности нормального и аномального развития. Понятие дизонтогенеза	4	2		5		
5	Тема 4.Уровни психолого-педагогической диагностики и методы	4			8		

	ее реализации. Особенности работы практического психолога в специализированных учебных учреждениях						
6	Раздел 2. Частные разделы специальной психологии	4	2	6	66		
7	Тема 5. Психологические особенности детей с ЗПР	4		2	8		
8	Тема 6. Олигофренопсихология	4	2		8		
9	Тема 7. Логопсихология	4		2	8		
10	Тема 8. Сурдопсихология	4		2	8		
11	Тема 9. Тифлопсихология	4			8		
12	Тема 10. Психология детей с нарушениями функций ОДА	4			10		
13	Тема 11. Психологическая характеристика детей с отклонениями в эмоционально-волевой сфере	4			8		
14	Тема 12. Психологические особенности детей с комплексными нарушениями в развитии	4			8		
Итого 108			4	6	89	9	Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Специальная психология» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Темы рефератов, мультимедийных презентаций и контрольных работ

1. Особенности психического развития детей с ПОДА (на выбор: ДЦП, ампутация, ТБСМ, врожденные пороки развития ОДА).
2. Особенности психического развития детей с ЗПР.
3. Особенности психического развития детей с РДА.
4. Особенности психического развития детей с нарушением слуха.
5. Особенности психического развития детей с нарушением зрения.
6. Особенности психического развития детей с умственной отсталостью в степени дебильности.
7. Особенности психического развития детей с умственной отсталостью в степени имбицильности.
8. Особенности психического развития детей с умственной отсталостью в степени идиотии.
9. Особенности психического развития детей с логопедическими нарушениями.
10. Особенности психического развития детей со сложным (комбинированным) дефектом

Примерный перечень вопросов к экзамену по курсу дисциплины «Специальная психология».

1. Специальная психология: предмет, задачи.
2. Связь специальной психологии с другими научно-образовательными и медицинскими дисциплинами.
3. Общие и специфические закономерности аномального развития.
4. Понятие о сложной структуре дефекта.
5. Периодизация развития в психологии, педагогике, медицине. Критерии периодизации.
6. Возрастные кризисы развития и их характеристика (обязательность их проявления).
7. Факторы отклонения развития, их классификация.
8. Понятия: ретардация, дисфункция, асинхронизация развития, дефект, компенсация.
9. Понятие дизонтогенеза.
10. Этиопатогенез дизонтогений.
11. Классификации психологического дизонтогенеза.
12. Общие вопросы психодиагностики (предмет, цели, задачи, методы).
13. Принципы, этапы и правила проведения психодиагностики.
14. Основные приемы и методы изучения познавательных процессов у детей с нарушениями психофизического развития.

15. Методы диагностики интеллектуальных расстройств.
16. Зона ближайшего развития.
17. Основные задачи, функции, проблемы и направления психологического консультирования.
18. Методы психокоррекции. Разработка коррекционно-развивающей программы.
19. Психологические методы диагностики личностных качеств.
20. Периодизация развития в психологии, педагогике, медицине. Критерии периодизации.
21. Понятие «ближайшей зоны развития».
22. Ведущий тип деятельности.
23. Возрастные психологические кризисы развития и их характеристика (обязательность их проявления).
24. Кризис первого года жизни.
25. Кризис трех лет.
26. Наиболее характерные психофизиологические расстройства в период новорожденности, младенчества и раннего детства.
27. Кризис семи лет.
28. «Синдром ухода и бродяжничества».
29. «Синдром патологического фантазирования».
30. Кризис пубертатного возраста.
31. Особенности ощущений и восприятий детей с отклонениями в развитии.
32. Особенности внимания у отклоняющихся в развитии детей.
33. Особенности развития памяти у отклоняющихся в развитии детей.
34. Особенности зрительных представлений и пространственной ориентировки детей с отклонениями в развитии.
35. Особенности воображения у отклоняющихся в развитии детей.
36. Особенности развития мышления у отклоняющихся в развитии детей.
37. Общие закономерности речевого развития у нормально развивающихся и отклоняющихся в развитии детей.
38. Особенности поведения детей с отклонениями в развитии.
39. Проявления психических состояний у различных групп отклоняющихся в развитии детей.
40. Особенности формирования знаний, умений и навыков у отклоняющихся в развитии детей.
41. Формирование способностей в различных видах деятельности у нормально развивающихся и отклоняющихся в развитии детей.
42. Влияние имеющегося дефекта на формирование личности в целом.
43. Особенности формирования различных видов деятельности у детей с отклонениями в развитии.
44. Психосоциальное развитие детей с разными формами ЗПР.
45. Отличие психического развития детей-олигофренов и умственно отсталых детей с текущими нервно-психическими заболеваниями (эпилепсия, шизофрения, гидроцефалия и др.).
46. Общая психологическая характеристика детей с нарушениями речи.
47. Составление психолого-педагогической характеристики детей с нару-

шениями речи.

48. Психокоррекция при нарушениях эмоционально-волевой сферы, познавательной деятельности, межличностных отношений у детей-логопатов.
49. Психологическая классификация по степени речевого недоразвития.
50. Психологические особенности детей с недостатками слуха в разные периоды онтогенеза.
51. Психологические различия между ранооглохшими и позднооглохшими.
52. Психосоциальное развитие при ДЦП.
53. Организация диагностической и коррекционной работы при ДЦП.
54. Особенности психического развития при РДА.
55. Факторы, провоцирующие агрессивное поведение.
56. Стресс и дистресс. Стадии стресса.
57. Реактивные и конфликтные переживания.

Контрольные вопросы для самопроверки знаний.

1. Этика проведения социометрии в школьном коллективе.
2. Особенности психодиагностики при работе с детьми до 3х лет.
3. Особенности использования проективных методик для детей из разных нозологических и возрастных групп.
4. Специфика работы практического психолога в зависимости от типа специального учреждения.
5. Психосоциальное развитие детей с разными формами ЗПР.
6. Вопрос интеграции детей с недостатками слуха в общеобразовательные учреждения.
7. Психосоциальное развитие детей с ДЦП.
8. Особенности психического развития при РДА.
9. Особенности психолого-педагогической работы с детьми-олигофренами.
10. Факторы, провоцирующие агрессивное поведение детей.
11. Диагностические аспекты проблемы школьной дезадаптации у детей младшего школьного возраста.
12. Своеобразие психического развития детей.
13. Охрана здоровья детей.
14. Особенности личности учащихся с церебральным параличом.
15. Основы психоневрологического понимания общего недоразвития речи.
16. Психический инфантилизм.
17. Дети с СДВГ.
18. Составление психолого-педагогической характеристики детей с нарушениями речи.
19. Составление психолого-педагогической характеристики детей с нарушениями слуха
20. Составление психолого-педагогической характеристики детей с нарушениями зрения

21. Составление психолого-педагогической характеристики детей с нарушениями ОДА
22. Составление психолого-педагогической характеристики детей с нарушениями в поведении
23. Составление психолого-педагогической характеристики детей с нарушениями интеллекта
24. Составление психолого-педагогической характеристики детей с ЗПР
25. Составление психолого-педагогической характеристики детей с комбинированными нарушениями
26. Психологическая классификация по степени речевого недоразвития.
27. Психологические особенности детей с недостатками слуха в разные периоды онтогенеза.
28. Психологические различия между людьми с врожденной глухотой и позднооглохшими.
29. Недостатки характера у детей и подростков.
30. Предупреждение реакций дезадаптации (кризисных состояний)
31. Астения как одна из причин неуспеваемости в школе.
32. Невротическое заикание (логоневроз).
33. Степени умственного развития при олигофрении.
34. Умственная отсталость и отграничение от сходных состояний.
35. Психософическое развитие детей и подростков с генетическими заболеваниями.
36. Одаренные дети.
37. Дети «индиго»

а). Рекомендуемая литература (основная).

1. Колесникова Г.И. Специальная психология и педагогика : учеб. пособие для студентов вузов : рек. Междунар. акад. науки и практики орг. производства / Г.И. Колесникова. - изд. 2-е, перераб. и доп. - Ростов н/Д: Феникс, 2010. - 252 с.: ил. 186876
2. Коломенская, В.В. Психология развития : учеб. пособие для бакалавров / В.В. Коломенская, И.И. Таран ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Великолук. гос. акад. физ. культуры и спорта". - Великие Луки, 2016. - 321 с.: табл.
3. Специальная психология : учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений, обучающихся по дефектолог. специальностям : рек. УМО по специальностям пед. образования / под ред. В.И. Лубовского. - 6-е изд., испр. и доп. - М.: ACADEMIA, 2009. - 557 с.: табл. 182758

4. Усанова О.Н. Специальная психология : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии : рек. Советом по психологии Умо по клас. унив. образованию / О.Н. Усанова. - М.; СПб.: Питер, 2008. - 395 с.: ил. 169801

б) . Рекомендуемая литература (дополнительная).

1. Ануфриев, А.Ф. Как преодолеть трудности в обучении детей : Психодиагност. табл. Психодиагност. методики. Коррекц. упражнения / А.Ф. Ануфриев, С.Н. Костромина. - [6-е изд., стер.]. - М.: Ось-89, 2009. - 271 с.: ил.
2. Бадалян Л.О. Невропатология. - М.: Академия, 2000.
3. Баскакова Н.Л. Внимание школьников-олигофренов. - М., 1982.
4. Волков, Б.С. Детская психология : от рождения до шк. / Б.С. Волков, Н.В. Волкова. - 4-е изд., перераб. - М.; СПб.: Питер, 2009. - 240 с.: табл.
5. Выготский Л.С. Проблема умственной отсталости // Собр. соч.: в 6 т. -М.: Педагогика, 1983. -Т.
6. Герасина, Е.В. Детская психология / Е.В. Герасина. - М.: Владос-Пресс, 2010. - 285 с.
7. Гонеев А.Д., Лифинцева Н.И., Ялпаева Н.В. Основы коррекционной педагогики. - М.: Академия, 1999.
8. Дети с задержкой психического развития / Под ред. Власовой Т.А., Лубовского В.И., Ципиной Н.А. - М.: Педагогика, 1984.
9. Детская патопсихология: хрестоматия / Авт.-сост. Белопольская Н.Л. -М.: Когито-Центр, 2001.
10. Дефектология: словарь-справочник / Авт.-сост. Степанов С.С., под. ред. Пузанова Б.П. - М.: Новая школа, 1996.
11. Дубровина, И.В. Психология : учеб. для студентов образов. учреждений сред. проф. образования : доп. М-вом образования РФ / И.В. Дубровина, Е.Е. Данилова, А.М. Прихожан ; под ред. И.В. Дубровиной. - 8-е изд., стер. - М.: Academia, 2010. - 461 с.: ил.
12. Забрамная С.Д. Психолого-педагогическая диагностика умственного развития детей-М.: Просвещение, 1995.
13. Зейгарник Б. В. Патопсихология. - М.: Академия, 2000.
14. Кащенко В.П. Педагогическая коррекция. - М.: Академия, 2000.
15. Коновалова Н.Л. Предупреждение нарушений в развитии личности при

психологическом сопровождении школьников. - С.-Петербургский Университет, 2000.

16. Левченко И.Ю. Патопсихология: теория и практика. - М.: Академия, 2000.
17. Литвак А.Г. Психология слепых и слабовидящих. - С.-Петербург, РГПУ им. А.И. Герцена, 1998.
18. Лубовский В.Н. Психологические проблемы диагностики аномального развития детей. - М., 1989.
19. Мастюкова Е.М. Лечебная педагогика: Ранний и дошкольный возраст. - М.:Владос, 1997.
20. Немов Р.С. Психология. В 3-х т. - М.: Владос, 1999.
21. Основы психофизиологии / Под ред. Александрова Ю.И. - М.: Инфра -М, 1998.
22. Петрова В.Г., Белякова И.В. Кто они дети с отклонениями в развитии? - М.: Изд. Флинта: Московский психолого-социальный институт, 1998.
23. Поляков, А.М. Психология развития : учеб. пособие для студентов психолог. и пед. специальностей учреждений, обеспечивающих получение высш. образования : доп. М-вом образования Респ. Беларусь / А.М. Поляков. - 2-е изд. - Минск: Тетра Системс, 2009. - 303 с.: табл.
24. Солсо, Р.Л. Когнитивная психология / Роберт Солсо. - 6-е изд. - М.; СПб.: Питер, 2011. - 588 с.: ил.
25. Специальная педагогика / Под ред. Назаровой Н.М. - М.: Академия, 2000.
26. Степанов ВТ. Психология трудных школьников. - М.: Академия, 2001.
27. Столяренко, Л.Д. Основы психологии : учеб. пособие для студентов вузов : рек. М-вом общ. и проф. образования РФ / Л.Д. Столяренко. - Изд. 22-е. - Ростов на/Д: Феникс, 2009. - 671 с.: ил.
28. Цветкова Л.С. Введение в нейропсихологию и восстановительное обучение. - М.: МПСИ, 2000.

а) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://lib.sportedu.ru/> Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту
2. <http://lib.sportedu.ru/> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – <http://elibrary.ru/defaultx.asphttp://psyfactor.org/partners.htm>

б) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

1. <http://lib.sportedu.ru/> Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту
2. <http://lib.sportedu.ru/> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – <http://elibrary.ru/defaultx.asp><http://psyfactor.org/partners.htm>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Для успешного формирования знаний по курсу «*Специальная психология*» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Специальная психология» для обучающихся института ИТРРиФ, 2, 3 курсов, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) Физическая реабилитация очная, заочная, ускоренная формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр (очная форма), 6 семестр (заочная форма), 4 семестр (ускоренная форма)

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
	Тестирование по теме: «Общие и специфические закономерности нормального и аномального развития»	32 неделя	15*
2	Тестирование по теме: «Психолого-педагогические особенности детей различных нозологических групп»	42 неделя	15*
4	Защита реферата на выбранную тему. Из списка тем рефератов.	43 неделя	14*
5	Посещение занятий	В течение семестра	1 балла x 1 занятие = 26 баллов
	Экзамен по дисциплине		30*
	ИТОГО		100 баллов

* *примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине

№'	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контрольная работа по теме: Общие закономерности психического развития в онтогенезе	10
2	Контрольная работа по теме: Психологические особенности детей с ЗПР.	5
3	Контрольная работа по теме: Олигофренопсихология.	5
4	Контрольная работа по теме: Логопсихология.	5
5	Контрольная работа по теме: Сурдопсихология	5
6	Контрольная работа по теме: Тифлопсихология.	5
7	Контрольная работа по теме: Психология детей с нарушениями функций ОДА	5
8	Контрольная работа по теме: Психологическая характеристика детей с отклонениями в эмоционально-волевой сфере.	5
9	Контрольная работа по теме: Психологические особенности детей с комплексными нарушениями в развитии.	5
10	Защита реферата на выбранную тему. Из списка тем рефератов.	10

Для студентов заочной и ускоренной формы обучения

№'	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контрольная работа по теме: Общие и специфические закономерности нормального и аномального развития.	25
2	Выполнение практического задания по разделу: психолого-педагогическая диагностика.	20

3	Контрольная работа по теме: Психолого-педагогические особенности детей различных нозологических групп.	25
5	Экзамен	30
ИТОГО		100

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.Б.20 Специальная психология»

Направление подготовки:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная, ускоренная*

Год набора 2016г.

Москва – 2017г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **3 зачетные единицы, 108 академических часов.**

1. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 4 (очная форма), 6 (заочная форма), 4 семестр (ускоренная форма)

Целями освоения дисциплины (модуля) профессионального цикла базовой части «*Специальная психология*» является: ознакомление студентов с закономерностями развития аномальных детей, формирование практических навыков психологической коррекции детей с различными видами психического дизонтогенеза. Дисциплина (модуль) «**Специальная психология**» реализуется на русском языке.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю): по результатам освоения дисциплины «*Специальная психология*» обучающиеся должны:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-8	<i>Знать:</i> термины и понятия адаптивной физической культуры; закономерности и принципы воспитания физических способностей	4		6
	<i>Знать:</i> факторы проявления двигательных способностей	4		6
	<i>Знать:</i> особенности формирования психических качеств в процессе адаптивной физической культуры.	4		6
	<i>Уметь:</i> диагностировать уровень развития физических способностей	4		6
	<i>Владеть:</i> навыками определения актуального и потенциального уровня физического развития, зоны ближайшего развития	4		6
ПК-9	<i>Знать:</i> клинико-этиологические особенности, особенности психофизического развития и сенситивные периоды развития физических качеств различных категорий лиц с отклонениями в состоянии здоровья	4		6
	<i>Уметь:</i> анализировать и оценивать уровень психофизического развития и физической подготовленности лиц с отклонениями в состоянии здоровья;	4		6
	<i>Уметь:</i> системно анализировать и выбирать средства	4		6

	адаптивного физического воспитания с учетом клинико-этиологических особенностей различных категорий лиц с отклонениями в состоянии здоровья			
	<i>Владеть:</i> навыками развития психических и физических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов;	4		6
	<i>Владеть:</i> технологиями использования средств и методов адаптивного физического воспитания для развертывания основных функций у лиц с ОВЗ с учетом этиологии и патогенеза основного заболевания	4		6

3. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы специальной психологии	4	2	8	15		
2	Тема 1. Общее понятие о специальной психологии; ее значение как научной дисциплины для системы образования	4	2		3		
3	Тема 2. Проблемы развития психики в психологии, педагогике, медицине. Разграничение понятий «норма» и «дефект»	4		2	4		
4	Тема 3. Общие и специфические закономерности нормального и аномального развития. Понятие дизонтогенеза	4		2	4		

5	Тема 4. Уровни психолого-педагогической диагностики и методы ее реализации. Особенности работы практического психолога в специализированных учебных учреждениях	4		4	4		
6	Раздел 2. Частные разделы специальной психологии	4	14	28	32		
7	Тема 5. Психологические особенности детей с ЗПР	4	2	4	4		
8	Тема 6. Олигофренопсихология	4	2	4	4		
9	Тема 7. Логопсихология	4	2	2	4		
10	Тема 8. Сурдопсихология	4	2	4	4		
11	Тема 9. Тифлопсихология	4	2	4	4		
12	Тема 10. Психология детей с нарушениями функций ОДА	4	2	4	4		
13	Тема 11. Психологическая характеристика детей с отклонениями в эмоционально-волевой сфере	4	2	2	4		
14	Тема 12. Психологические особенности детей с комплексными нарушениями в развитии	4		4	4		
Итого 108			16	36	47	9	Экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятель ная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы специальной психологии	4	2		23		
2	Тема 1.Общее понятие о специальной психологии; ее значение как научной дисциплины для системы образования	4			5		
3	Тема 2. Проблемы развития психики в психологии, педагогике, медицине. Разграничение понятий «норма» и «дефект»	4			5		
4	Тема 3. Общие и специфические за- кономерности нормального и ано- мального развития. Понятие дизонтогенеза	4	2		5		
5	Тема 4.Уровни психолого- педагогической диагностики и методы ее реализации. Особенности работы практического психолога в специализированных учебных учреждениях	4			8		
6	Раздел 2. Частные разделы специальной психологии	4	2	6	66		

7	Тема 5. Психологические особенности детей с ЗПР	4		2	8		
8	Тема 6. Олигофренопсихология	4	2		8		
9	Тема 7. Логопсихология	4		2	8		
10	Тема 8. Сурдопсихология	4		2	8		
11	Тема 9. Тифлопсихология	4			8		
12	Тема 10. Психология детей с нарушениями функций ОДА	4			10		
13	Тема 11. Психологическая характеристика детей с отклонениями в эмоционально-волевой сфере	4			8		
14	Тема 12. Психологические особенности детей с комплексными нарушениями в развитии	4			8		
Итого 108			4	6	89	9	Экзамен

Ускоренная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского характера	Самостоятель- ная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы специальной психологии	4	2		23		

2	Тема 1.Общее понятие о специальной психологии; ее значение как научной дисциплины для системы образования	4			5		
3	Тема 2. Проблемы развития психики в психологии, педагогике, медицине. Разграничение понятий «норма» и «дефект»	4			5		
4	Тема 3. Общие и специфические закономерности нормального и аномального развития. Понятие дизонтогенеза	4	2		5		
5	Тема 4.Уровни психолого-педагогической диагностики и методы ее реализации. Особенности работы практического психолога в специализированных учебных учреждениях	4			8		
6	Раздел 2. Частные разделы специальной психологии	4	2	6	66		
7	Тема 5. Психологические особенности детей с ЗПР	4		2	8		
8	Тема 6. Олигофренопсихология	4	2		8		
9	Тема 7. Логопсихология	4		2	8		
10	Тема 8. Сурдопсихология	4		2	8		
11	Тема 9. Тифлопсихология	4			8		
12	Тема 10. Психология детей с нарушениями функций ОДА	4			10		
13	Тема 11. Психологическая характеристика детей с отклонениями в эмоционально-волевой	4			8		

	сфере						
14	Тема 12. Психологические особенности детей с комплексными нарушениями в развитии	4			8		
Итого 108			4	6	89	9	Экзамен

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Б1.Б.21 Специальная педагогика»

Направление подготовки:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная и ускоренная*

Год набора 2016г.

Москва – 2017г.



created by free version of

DocuFreezer

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института ТРРиФ
Протокол № 66 от «26» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
теории и методики адаптивной физической культуры
(наименование)
Протокол № 22/1 от «7» июня 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Составители:

Кичигина Ольга Юрьевна – ст. преподаватель кафедры теории и методики
адаптивной физической культуры ФГБОУ ВО (РГУФКСМиТ).

Рецензент:

Цель освоения дисциплины (модуля)

Целями освоения дисциплины (модуля) профессионального цикла базовой части *«Специальная педагогика»* является: ознакомление студентов с основами дефектологической науки, с принципами обучения и воспитания аномальных детей, формирование практических навыков педагогической работы позволяющих раскрывать потенциальные компенсаторные и коррекционные возможности развития, обучения и воспитания аномальных детей.

Дисциплина (модуль) *«Специальная педагогика»* реализуется на русском языке.

Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина *«Специальная педагогика»* является обязательной и относится к дисциплинам базовой части, программа составлена в соответствии с требованиями третьего ФГОС по направлению подготовки *«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)»*, профилю *«Физическая реабилитация»*.

Содержание дисциплины обеспечивает ее сопряжение общенаучным и профессиональным циклам учебного плана подготовки бакалавра по ФГОС ВО 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура).

Междисциплинарные связи осуществляются в процессе освоения материала по предметам *«Психология и педагогика»*, *«Частная патология»*, *«Специальная психология»*, *«Лечебная физическая культура»*, *«Комплексная реабилитация больных и инвалидов»*, *«Частные методики адаптивной физической культуры»*.

В соответствие с этим, дисциплина *«Специальная педагогика»*, является интегрирующей, формирующей профессиональные компетентности бакалавра по адаптивной физической культуре, преимущественная деятельность которого связана с физкультурно-оздоровительной, коррекционно-развивающей и учебно-тренировочной работой с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-6	<i>Знать:</i> особенности применения средств, методов и приемов когнитивного и двигательного (моторного) обучения занимающихся;	5		7
	<i>Знать:</i> средства и методы оценки состояния занимающихся.	5		7
	<i>Уметь:</i> - использовать в профессиональной деятельности современные технические средства когнитивного и двигательного (моторного) обучения занимающихся.	5		7
	<i>Владеть:</i> навыками анализа эффективности используемых средств, методов и приемов когнитивного и двигательного (моторного) обучения занимающихся.	5		7
ПК-10	Знать: особенности умственного и физического развития различных категорий лиц с отклонениями в состоянии здоровья; задачи развивающего обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья, обеспечивающие их оптимальное умственное и физическое развитие	5		7
	Уметь: определять особенности умственного и физического развития различных категорий лиц с отклонениями в состоянии здоровья; уметь определять задачи развивающего обучения в зависимости от пола, возраста, нозологической группы, умственного и физического развития лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	5		7
	Владеть: навыками постановки и решения задач развивающего обучения, обеспечивающих оптимальное умственное и физическое развитие лиц с отклонениями в состоянии здоровья	5		7
ПК-14	Знать: Основы педагогического контроля в адаптивной физической культуре	5		7
	Уметь: Анализировать результаты педагогических измерений и вносить коррекцию в восстановительные воздействия для лиц с отклонениями в состоянии здоровья	5		7
	Владеть: методиками оценки физического развития у лиц с отклонениями в состоянии здоровья;	5		7
	Владеть: методиками оценки психоэмоционального состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья;	5		7

	Владеть: методиками оценки функциональной подготовленности у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	5		7

2. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетные единицы, 144 академических часа.**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы теории специальной педагогики	5	2	4	4		
2	Тема 1. Основные понятия, термины специальной педагогики. Предмет, задачи, методы, принципы специальной педагогики	5	2	4	4		
3	Раздел 2. История специальной педагогики	5	2	4	4		
4	Тема 2. Пять периодов в эволюции становления и развития систем специального образования	5	2	4	4		
5	Раздел 3. Специальное образование лиц с особыми образовательными потребностями	5	4	14	12		
6	Тема 3. Особые образовательные потребности и содержание специального образования. Принципы,	5	2	6	4		

	технологии и методы специального образования.						
7	Тема 4. Формы организации специального образования. Отбор в специальные учреждения. Средства обеспечения коррекционно-образовательного процесса в системе специального образования.	5	2	4	4		
8	Тема 5. Профессиональная деятельность и личность педагога в системе специального образования.	5		4	4		
9	Раздел 4. Педагогические системы специального образования	5	12	20	26		
10	Тема 6. Образование детей с нарушениями интеллекта.	5	2	4	4		
11	Тема 7. Специальное образование лиц с сенсорными нарушениями.	5	2	4	4		
12	Тема 8. Специальное образование лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.	5	2	4	4		
13	Тема 9. Педагогическая помощь детям с нарушениями речи	5	2	4	4		
14	Тема 10. Специальное образование при аутизме и аутических чертах личности	5	2	4	5		
15	Тема 11. Развитие и образование детей со сложными нарушениями развития	5	2	4	5		
16	Раздел 5. Перспективы развития специальной педагогики и специального образования	5		6	12		
17	Тема 12. Создание государственной системы ранней помощи.	5		2	4		

18	Тема 13. Интеграция и дифференциация в специальном образовании. Модели интегрированного обучения.	5		2	4		
19	Тема 14. Специальное образование и гуманистические образовательные системы.	5		2	4		
Итого 144			20	48	58	18	Экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы теории специальной педагогики	7	2		10		
2	Тема 1. Основные понятия, термины специальной педагогики. Предмет, задачи, методы, принципы специальной педагогики	7	2		10		
3	Раздел 2. История специальной педагогики	7			8		
4	Тема 2. Пять периодов в эволюции становления и развития систем специального образования	7			8		
5	Раздел 3. Специальное образование лиц с особыми образовательными потребностями	7	2	2	28		

6	Тема 3. Особые образовательные потребности и содержание специального образования. Принципы, технологии и методы специального образования.	7	2		10		
7	Тема 4. Формы организации специального образования. Отбор в специальные учреждения. Средства обеспечения коррекционно-образовательного процесса в системе специального образования.	7		2	10		
8	Тема 5. Профессиональная деятельность и личность педагога в системе специального образования.	7			8		
9	Раздел 4. Педагогические системы специального образования	7		6	53		
10	Тема 6. Образование детей с нарушениями интеллекта.	7		2	7		
11	Тема 7. Специальное образование лиц с сенсорными нарушениями.	7		2	8		
12	Тема 8. Специальное образование лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.	7		2	8		
13	Тема 9. Педагогическая помощь детям с нарушениями речи	7			10		
14	Тема 10. Специальное образование при аутизме и аутических чертах личности	7			10		
15	Тема 11. Развитие и образование детей со сложными нарушениями развития	7			10		
16	Раздел 5. Перспективы развития специальной педагогики и специального	7			24		

	образования						
17	Тема 12. Создание государственной системы ранней помощи.	7			8		
18	Тема 13. Интеграция и дифференциация в специальном образовании. Модели интегрированного обучения.	7			8		
19	Тема 14. Специальное образование и гуманистические образовательные системы.	7			8		
Итого 144			4	8	123	9	Экзамен

Ускоренная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы теории специальной педагогики	7	2		10		
2	Тема 1. Основные понятия, термины специальной педагогики. Предмет, задачи, методы, принципы специальной педагогики	7	2		10		
3	Раздел 2. История специальной педагогики	7			8		

4	Тема 2. Пять периодов в эволюции становления и развития систем специального образования	7			8		
5	Раздел 3. Специальное образование лиц с особыми образовательными потребностями	7	2	2	28		
6	Тема 3. Особые образовательные потребности и содержание специального образования. Принципы, технологии и методы специального образования.	7	2		10		
7	Тема 4. Формы организации специального образования. Отбор в специальные учреждения. Средства обеспечения коррекционно-образовательного процесса в системе специального образования.	7		2	10		
8	Тема 5. Профессиональная деятельность и личность педагога в системе специального образования.	7			8		
9	Раздел 4. Педагогические системы специального образования	7		8	47		
10	Тема 6. Образование детей с нарушениями интеллекта.	7			9		
11	Тема 7. Специальное образование лиц с сенсорными нарушениями.	7		2	8		
12	Тема 8. Специальное образование лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.	7		2	8		
13	Тема 9. Педагогическая помощь детям с нарушениями речи	7		2	8		
14	Тема 10. Специальное образование при аутизме и аутических чертах личности	7		2	8		

15	Тема 11. Развитие и образование детей со сложными нарушениями развития	7			10		
16	Раздел 5. Перспективы развития специальной педагогики и специального образования	7			24		
17	Тема 12. Создание государственной системы ранней помощи.	7			8		
18	Тема 13. Интеграция и дифференциация в специальном образовании. Модели интегрированного обучения.	7			8		
19	Тема 14. Специальное образование и гуманистические образовательные системы.	7			8		
Итого 144			4	10	121	9	Экзамен

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «*Специальная педагогика*» (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Темы рефератов, мультимедийных презентаций и контрольных работ

1. Задачи, методы и принципы специальной педагогики на современном этапе развития образования лиц с нарушениями здоровья.
2. Особые образовательные потребности и содержание специального образования в коррекционной школе I вида.

3. Особые образовательные потребности и содержание специального образования в коррекционной школе II вида.
4. Особые образовательные потребности и содержание специального образования в коррекционной школе III вида.
5. Особые образовательные потребности и содержание специального образования в коррекционной школе IV вида.
6. Особые образовательные потребности и содержание специального образования в коррекционной школе V вида.
7. Особые образовательные потребности и содержание специального образования в коррекционной школе VI вида.
8. Особые образовательные потребности и содержание специального образования в коррекционной школе VII вида.
9. Особые образовательные потребности и содержание специального образования во вспомогательной школе VIII вида.
10. Формы организации специального образования.
11. Средства обеспечения коррекционно-образовательного процесса в системе специального образования. Модели интегрированного обучения.
12. Специальное образование и гуманистические образовательные системы.

Примерный перечень вопросов к экзамену по курсу дисциплины «Специальная педагогика».

1. Каковы закономерности формирования и развития понятийного аппарата специальной педагогики?
2. Что такое параллельная терминология? Приведите примеры.
3. Употребление каких терминов сегодня нецелесообразно в условиях современной гуманистической парадигмы специальной педагогики?
4. Сформулируйте цели и задачи специальной педагогики.
5. Каковы Современные классификации ограниченных возможностей человека?

Каковы основания этих классификаций? Каково основание педагогической классификации ограниченных возможностей человека с отклонениями в развитии?

6. Постройте диаграмму, иллюстрирующую количественное соотношение разных категорий детей с особыми образовательными потребностями в системе специального образования.

7. Охарактеризуйте современную структурную организацию специальной педагогики, укажите основные пути ее развития.

8. В чем заключается специфика философского понимания явлений специальной педагогики?

9. Какие функции выполняет философское знание в отношении специальной педагогики?

10. Проанализируйте основные тенденции развития представлений об аномальном человеке в истории философской мысли.

11. Какие изменения претерпела концепция социальной реабилитации лиц с ограниченными возможностями на протяжении XX в.?

12. Что такое патернализм и в чем он проявляется применительно к социокультурной интеграции лиц с ограниченными возможностями жизнедеятельности?

13. Раскройте смысл идеи независимой жизни для лиц с ограниченными возможностями жизнедеятельности.

14. Каковы задачи специальной педагогики в подготовке ребенка с особыми образовательными потребностями к социокультурной интеграции? Что может сделать для этого Массовая система образования?

15. Как происходит развитие детской речи в норме? Каковы предпосылки и условия ее успешного развития?

16. Л.С. Выготский о соотношении мышления и речи.

17. Охарактеризуйте социальные аспекты речевого общения.

18. Какие можно выделить формы речевой патологии? Назовите те из них, которые относятся к компетенции специальной педагогики.

19. Существует ли связь между наличием в стране законодательства об обязательном школьном образовании и развитием сети специальных школ для аномальных детей?
20. Под влиянием каких социокультурных факторов происходят переход от единичных специальных образовательных учреждений для аномальных детей к формированию Национальных систем специального образования на территории Западной Европы?
21. В чем заключается уникальность социокультурного контекста становления системы специального образования в нашей стране?
22. К каким позитивным и негативным последствиям привела ориентация отечественной системы обучения аномальных детей на цензовое образование?
23. Справедливо ли утверждение о том, что в конце XX в. Западная Европа и Россия переживают разные периоды эволюции отношения к детям с нарушениями в развитии и соответственно находятся на разных этапах развития систем специального образования?
25. Можно ли считать терминологию, используемую государством и обществом для обозначения детей с нарушениями в развитии, одним из показателей периода эволюции отношения к этим детям? Приведите аргументы из новейшей истории специального образования.
26. В чем сложность перехода отечественной системы специального образования на качественно новый этап своего развития?
27. В каких случаях в специальном образовании предусмотрена индивидуальная форма обучения?
28. Каковы возможности индивидуально-групповой формы работы?
29. Чем отличается урок в специальной школе от урока в массовой общеобразовательной школе?
30. Каковы принципы отбора средств обучения в специальном образовании?
31. Охарактеризуйте язык как средство обучения детей с особыми образовательными потребностями.

32. Каковы возможности искусства как средства коррекции и развития?
33. Каково место наглядных средств в специальном образовании?
34. Дайте характеристику основным группам технических средств обучения и компенсации нарушений в специальном образовании.
36. Какова цель, задачи и содержание медико-социально-педагогического патронажа как составной части системы специального образования? Какие службы и специалисты участвуют в этой работе?
37. Что такое медико-социальная профилактика?
38. Каковы функции психолого-медико-педагогической консультации?
39. Расскажите о сущности, содержании и опыте организации ранней комплексной помощи детям с отклонениями в развитии и их семьям.
40. Охарактеризуйте современную школьную систему специального образования в России.
41. В каких направлениях происходит развитие новых типов и видов специальных (коррекционных) образовательных учреждений?
42. Посетите некоторые имеющиеся в городе специальные (коррекционные) образовательные учреждения для разных категорий детей с особыми образовательными потребностями. Опишите свои наблюдения.
43. Раскройте понятия «дети с трудностями в обучении», «дети с задержкой психического развития».
44. В чем состоит принципиальное отличие ребенка с задержкой психического развития от умственно отсталого ребенка?
45. Каковы содержание и организация коррекционно-образовательного процесса для *детей* с ЗПР?
46. Раскройте понятие «умственная отсталость» и охарактеризуйте степени умственной отсталости.
5. Дайте психолого-педагогическую характеристику группе нарушений, связанных с выраженными интеллектуальным и дефектами.
47. Какие виды образовательных учреждений для лиц с нарушениями умственного развития вы знаете?

48. Каковы основные направления коррекционно-педагогической работы с умственно отсталыми дошкольниками? С детьми школьного возраста?
49. Какова система коррекционно-педагогической помощи лицам с тяжелыми нарушениями интеллекта за рубежом? В нашей стране?
50. Что должен знать и уметь учитель массовой общеобразовательной школы, если в его классе учится умственно отсталый ребенок? Ребенок с задержкой психического развития?
51. Какие речевые нарушения встречаются у детей?
52. Как отражаются речевые нарушения на развитии речи детей?
53. Чем характеризуется недоразвитие речи?
54. Какие нарушения речи затрудняют обучение ребенка в школе и почему?
55. Что должен учитывать учитель при обучении детей с проблемами овладения письмом и чтением?
56. В чем состоит особенность устного опроса заикающегося ученика в классе?
57. В каких случаях учитель должен рекомендовать родителям обратиться со своим ребенком к логопеду?
58. Дайте определение понятий «глухие», «слабослышащие», «позднооглохшие».
59. Как влияет нарушение слуха на развитие речи в детском возрасте?
60. Какие факторы учитывают при определении вида образовательного учреждения для ребенка с нарушенным слухом?
61. Каковы особенности речи слабослышащего ребенка? Что может сделать учитель общеобразовательной школы, если в его классе учится слабослышащий ребенок? Глухой ребенок?
62. Охарактеризуйте билингвистическую педагогическую систему обучения глухих.
63. Охарактеризуйте коммуникационную систему обучения глухих языку.
64. Каковы современные технические средства, используемые в образовании и повседневной жизни лиц с нарушенным слухом?

65. Каковы возможности лиц с нарушениями слуха в получении профессионального образования, социальной адаптации?
66. Дайте определение тифлопедагогики. Каково ее место в системе педагогического знания?
67. Дайте психолого-педагогическую характеристику слепых и слабовидящих детей.
68. Охарактеризуйте процесс специального образования ребенка с нарушенным зрением.
69. Каковы основные направления коррекционно-педагогической работы с детьми?
70. Что такое тифлотехника? Какие специальное оборудование, приспособления, приборы необходимы для обучения детей с нарушениями зрения?
71. Какие профессии, специальности, сферы труда можно рекомендовать незрячим? Слабовидящим?
72. Что такое синдром раннего детского аутизма (РДА)? Каковы основные характеристики этого синдрома?
73. Почему возникает РДА? дайте характеристику основных современных представлений по этому вопросу (наследственность, органическое поражение головного мозга, психогенные факторы).
74. Охарактеризуйте основные клинические проявления синдрома РДА. Каковы современные представления об основном дефекте при РДА? Какие нарушения можно отнести к вторичным, третичным?
75. Каковы возможности социализации для лиц с аутизмом? От каких факторов и условий зависит процесс социализации?
76. Как развивалась система помощи аутичным детям, подросткам и взрослым в России и за рубежом? дайте общую характеристику основных зарубежных и отечественных подходов к коррекции РДА.
77. Охарактеризуйте основные виды нарушений опорно-двигательного аппарата у детей.

78. дайте общую характеристику детского церебрального паралича.
79. Раскройте этиопатогенетические факторы возникновения ДЦП.
80. Каковы особенности психических и речевых нарушений при различных формах ДЦП?
- 81.** Раскройте основные принципы коррекционно-педагогической работы с детьми, страдающими церебральным параличом.
82. Охарактеризуйте типы специализированных учреждений в системе лечебно-педагогической помощи детям с церебральным параличом.
83. Охарактеризуйте возможности социальной адаптации детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (по материалам книги Алана Маршалла «Я умею прыгать через лужи» и фильма Джеймса Ф. Кодлиера «Джонни»).
84. Назовите основные возможные сочетания дефектов развития.
85. Расскажите о содержании ранней психолого-педагогической помощи в семье ребенку со сложным дефектом.
86. Какие специализированные учреждения существуют для лиц со сложным дефектом в нашей стране?
87. Как организована психолого-педагогическая и социальная помощь людям со сложными нарушениями развития за рубежом?
88. Чем вызвана необходимость создания в России единой государственной системы раннего выявления и специальной помощи детям с отклонениями в развитии?
89. Охарактеризуйте наиболее известные отечественные модели ранней помощи.
90. Каковы приоритетные задачи ближайшего будущего в области становления отечественной системы раннего выявления и специальной комплексной помощи проблемным детям и их семьям?
91. Что такое интеграция? Каковы современные представления о месте человека с ограниченными возможностями в обществе? Что такое включенное образование?
92. Как развивались интеграционные процессы за рубежом?

93. В чем особенность развития интеграционных процессов в России?
94. Охарактеризуйте процесс дифференциации в системе массового образования. Почему он возник?
95. Выделите общее и особенное в системе коррекционно-развивающего обучения и компенсирующего обучения.
96. Каковы основные принципы педагогической системы М. Монтессори
97. Каковы основные принципы педагогической системы Р. Штайнера?
98. Каковы основные положения содержания и организации работы вальдорфского детского сада?
99. На какие этапы в развитии человека рассчитана структура вальдорфской школы? В чем ее привлекательность для обучения детей с особыми образовательными потребностями?
100. Попробуйте найти общие и отличительные черты вальдорфской школы и Монтессори-школы в содержании и организации обучения детей с отклонениями в развитии.
101. Что такое Кэмпхиллское движение?
102. Объясните различие понятий «основной» и «ведущий» дефект?

Контрольные вопросы для самопроверки знаний.

1. Задачи, методы и принципы специальной педагогики на современном этапе развития образования лиц с нарушениями здоровья.
2. Особые образовательные потребности и содержание специального образования.
3. Педагогические технологии в системе специального образования.
4. Формы организации специального образования.
5. Средства обеспечения коррекционно-образовательного процесса в системе специального образования.
6. Интеграция и дифференциация в специальном образовании. Модели интегрированного обучения.
7. Специальное образование и гуманистические образовательные системы.

8. Основные этапы развития специального образования.
9. Понятие нормы и отклонений в интеллектуальном, соматическом, психическом и моторном развитии человека. Эволюция этих понятий. Первичный, вторичный и третичный дефекты.
10. Причины возникновения детских аномалий.
11. Актуальные проблемы специальной педагогики на современном этапе развития общества.
12. Психолого-педагогическая характеристика детей с интеллектуальной недостаточностью.
13. Психолого-педагогическая характеристика детей с задержкой психического развития.
14. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями слуха.
15. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями зрения.
16. Психолого-педагогическая характеристика детей с речевыми нарушениями.
17. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
18. Психолого-педагогическая характеристика детей со сложными дефектами.
19. Психолого-педагогическая характеристика детей, не успевающих в массовых школах («группа риска»).
20. Принципы обучения детей с отклонениями в психофизическом развитии.
21. Коррекционная направленность обучения и воспитания детей с отклонениями в психофизическом развитии.
22. Система специальных учреждений для детей с особыми образовательными потребностями.
23. Требования к личности специалиста, работающего с детьми, имеющих отклонения в психическом и физическом развитии.
24. Понятие «сложные» (комбинированные) нарушения развития.
25. Основные методы и приёмы коррекционного обучения.
26. Учение Л.С. Выготского о сложной структуре аномального развития в процессе онтогенетического развития ребёнка.

27. Подготовка к школьному обучению детей с проблемами в развитии.

а). Рекомендуемая литература (основная).

1. Бархаев, Б.П. Педагогическая психология : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии : рек. Советом по психологии УМО по клас. унив. образованию / Б.П. Бархаев. - М.; СПб.: Питер, 2009. - 444 с.:
2. Колесникова Г.И. Специальная психология и педагогика : учеб. пособие для студентов вузов : рек. Междунар. акад. науки и практики орг. производства / Г.И.

Колесникова. - изд. 2-е, перераб. и доп. - Ростов н/Д: Феникс, 2010. - 252 с.: ил. 186876

3. Педагогическая психология : [учеб. пособие] / под ред. И.Ю. Кулагиной. - М.: Сфера, 2008. - 474 с.: ил.

б). Рекомендуемая литература (дополнительная).

1. Выготский Л.С. Проблема умственной отсталости //Собр. соч.: В 6 т. -М.: Педагогика, 1983. - Т. 5.
2. Дети с задержкой психического развития / Под ред. ТАВласовой, В.И.Лубовского, Н.А.Ципиной. - М.: Педагогика, 1984.
3. Забрамная С.Д. Психолого-педагогическая диагностика умственного развития детей. - М.: Просвещение, 1995.
4. Лапшин В.А., Пузанов Б.П. Основы дефектологии: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов. - М.: Просвещение, 1991.
5. Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе: Пособие для учителей и студентов дефектологических факультетов пед.институты / Под ред. В.В. Воронковой. - М.: Школа-Пресс, 1994.
6. Основы обучения и воспитания аномальных детей / Под ред.

А.И.Дьячкова. - М.: Просвещение, 1989.

7. Петрова В.Г. Белякова И.В. Кто они, дети с отклонениями в развитии? - М.: Флинта: Московский психолого-социальный институт, 1998.

8. Практикум по психологии умственно отсталого ребенка / Сост. А.Д. Виноградова. - М.: Просвещение, 1985.

9. Проблемы высшей нервной деятельности нормального и аномального ребенка / Под ред. А.Р.Лурия. - М.: АПН РСФСР, 1956.

10. Рубинштейн С.Я. Психология умственно отсталого школьника. - М.: Просвещение, 1986.

11. Специальная педагогика / Под ред. Назаровой Н.М. - М.: Академия, 2000.

а) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://lib.sportedu.ru/> Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту
2. <http://lib.sportedu.ru/> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – <http://elibrary.ru/defaultx.asphttp://psyfactor.org/partners.htm>

б) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины:

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

1. <http://lib.sportedu.ru/> Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту
2. <http://lib.sportedu.ru/> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – <http://elibrary.ru/defaultx.asphttp://psyfactor.org/partners.htm>

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Для успешного формирования знаний по курсу «*Специальная педагогика*» при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Специальная педагогика» для обучающихся института ИТРРиФ, 3, 4 курсов, направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» направленности (профилю) Физическая реабилитация очная, заочная, ускоренная форма обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр (очная форма), 7 семестр (заочная форма), 6 семестр (ускоренная форма)

Форма промежуточной аттестации: экзамен

I. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
	Тестирование по теме: «Особые образовательные потребности и содержание специального образования»	5 неделя	12*
2	Тестирование по теме: «Формы, средства и методы специального образования»	10 неделя	12*
4	Защита реферата на выбранную тему. Из списка тем рефератов.	20неделя	12*
5	Посещение занятий	В течение семестра	1 балла x 1 занятие = 34 баллов
	Экзамен по дисциплине		30*
	ИТОГО		100 баллов

* примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине

№'	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контрольная работа по теме: «Образование и воспитание детей с нарушением интеллекта»	5
2	Контрольная работа по теме: «Образование и воспитание детей с нарушением слуха»	5
3	Контрольная работа по теме: «Образование и воспитание детей с нарушением зрения»	5
4	Контрольная работа по теме: «Образование и воспитание детей с ПОДА»	5
5	Контрольная работа по теме: «Образование и воспитание детей с нарушением речи»	5
5	Контрольная работа по теме: «Образование и воспитание детей со сложным дефектом»	5
7	Контрольная работа по теме: «Ранняя комплексная помощь»	5

Для студентов заочной и ускоренной формы обучения

№',	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Контрольная работа по теме: «Особые образовательные потребности и содержание специального образования»	20
2	Контрольная работа по теме: «Формы, средства и методы специального образования»	25
3	Защита реферата на выбранную тему. Из списка тем рефератов.	25
5	Экзамен	30
ИТОГО		100

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.Б.21 Специальная педагогика»

Направление подготовки:
49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(Адаптивная физическая культура)»

Направленность (профиль): Физическая реабилитация

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная, ускоренная*

Год набора 2016г.

Москва – 2017г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **4 зачетные единицы, 144 академических часа**

1. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 5 (очная форма), 7 (заочная форма), 6 семестр (ускоренная форма)

Цель освоения дисциплины (модуля)

Целями освоения дисциплины (модуля) профессионального цикла базовой части «*Специальная педагогика*» является: ознакомление студентов с основами дефектологической науки, с принципами обучения и воспитания аномальных детей, формирование практических навыков педагогической работы позволяющих раскрывать потенциальные компенсаторные и коррекционные возможности развития, обучения и воспитания аномальных детей.

Дисциплина (модуль) «*Специальная педагогика*» реализуется на русском языке.

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю): по результатам освоения дисциплины «*Специальная педагогика*» обучающиеся должны:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-6	<i>Знать:</i> особенности применения средств, методов и приемов когнитивного и двигательного (моторного) обучения занимающихся;	5		7
	<i>Знать:</i> средства и методы оценки состояния занимающихся.	5		7
	<i>Уметь:</i> - использовать в профессиональной деятельности современные технические средства когнитивного и двигательного (моторного) обучения занимающихся.	5		7
	<i>Владеть:</i> навыками анализа эффективности используемых средств, методов и приемов когнитивного и двигательного (моторного) обучения занимающихся.	5		7
ПК-10	<i>Знать:</i> особенности умственного и физического развития различных категорий лиц с отклонениями в состоянии здоровья; задачи развивающего обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья, обеспечивающие их оптимальное умственное и физическое развитие	5		7

	Уметь: определять особенности умственного и физического развития различных категорий лиц с отклонениями в состоянии здоровья; уметь определять задачи развивающего обучения в зависимости от пола, возраста, нозологической группы, умственного и физического развития лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	5		7
	Владеть: навыками постановки и решения задач развивающего обучения, обеспечивающих оптимальное умственное и физическое развитие лиц с отклонениями в состоянии здоровья	5		7
ПК-14	Знать: Основы педагогического контроля в адаптивной физической культуре	5		7
	Уметь: Анализировать результаты педагогических измерений и вносить коррекцию в восстановительные воздействия для лиц с отклонениями в состоянии здоровья	5		7
	Владеть: методиками оценки физического развития у лиц с отклонениями в состоянии здоровья;	5		7
	Владеть: методиками оценки психоэмоционального состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья;	5		7
	Владеть: методиками оценки функциональной подготовленности у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	5		7

3. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы теории специальной педагогики	5	2	4	4		
2	Тема 1. Основные понятия, термины	5	2	4	4		

	специальной педагогики. Предмет, задачи, методы, принципы специальной педагогики						
3	Раздел 2. История специальной педагогики	5	2	4	4		
4	Тема 2. Пять периодов в эволюции становления и развития систем специального образования	5	2	4	4		
5	Раздел 3. Специальное образование лиц с особыми образовательными потребностями	5	4	14	12		
6	Тема 3. Особые образовательные потребности и содержание специального образования. Принципы, технологии и методы специального образования.	5	2	6	4		
7	Тема 4. Формы организации специального образования. Отбор в специальные учреждения. Средства обеспечения коррекционно-образовательного процесса в системе специального образования.	5	2	4	4		
8	Тема 5. Профессиональная деятельность и личность педагога в системе специального образования.	5		4	4		
9	Раздел 4. Педагогические системы специального образования	5	12	20	26		
10	Тема 6. Образование детей с нарушениями интеллекта.	5	2	4	4		
11	Тема 7. Специальное образование лиц с сенсорными нарушениями.	5	2	4	4		
12	Тема 8. Специальное образование лиц с нарушениями опорно-	5	2	4	4		

	двигательного аппарата.						
13	Тема 9. Педагогическая помощь детям с нарушениями речи	5	2	4	4		
14	Тема 10. Специальное образование при аутизме и аутических чертах личности	5	2	4	5		
15	Тема 11. Развитие и образование детей со сложными нарушениями развития	5	2	4	5		
16	Раздел 5. Перспективы развития специальной педагогики и специального образования	5		6	12		
17	Тема 12. Создание государственной системы ранней помощи.	5		2	4		
18	Тема 13. Интеграция и дифференциация в специальном образовании. Модели интегрированного обучения.	5		2	4		
19	Тема 14. Специальное образование и гуманистические образовательные системы.	5		2	4		
Итого 144			20	48	58	18	Экзамен

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы теории специальной педагогики	7	2		10		

2	Тема 1. Основные понятия, термины специальной педагогики. Предмет, задачи, методы, принципы специальной педагогики	7	2		10		
3	Раздел 2. История специальной педагогики	7			8		
4	Тема 2. Пять периодов в эволюции становления и развития систем специального образования	7			8		
5	Раздел 3. Специальное образование лиц с особыми образовательными потребностями	7	2	2	28		
6	Тема 3. Особые образовательные потребности и содержание специального образования. Принципы, технологии и методы специального образования.	7	2		10		
7	Тема 4. Формы организации специального образования. Отбор в специальные учреждения. Средства обеспечения коррекционно-образовательного процесса в системе специального образования.	7		2	10		
8	Тема 5. Профессиональная деятельность и личность педагога в системе специального образования.	7			8		
9	Раздел 4. Педагогические системы специального образования	7		6	53		
10	Тема 6. Образование детей с нарушениями интеллекта.	7		2	7		
11	Тема 7. Специальное образование лиц с сенсорными нарушениями.	7		2	8		

12	Тема 8. Специальное образование лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.	7		2	8		
13	Тема 9. Педагогическая помощь детям с нарушениями речи	7			10		
14	Тема 10. Специальное образование при аутизме и аутических чертах личности	7			10		
15	Тема 11. Развитие и образование детей со сложными нарушениями развития	7			10		
16	Раздел 5. Перспективы развития специальной педагогики и специального образования	7			24		
17	Тема 12. Создание государственной системы ранней помощи.	7			8		
18	Тема 13. Интеграция и дифференциация в специальном образовании. Модели интегрированного обучения.	7			8		
19	Тема 14. Специальное образование и гуманистические образовательные системы.	7			8		
Итого 144			4	8	123	9	Экзамен

Ускоренная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного	Занятия семинарского о. типа	Самостоятель- ная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Общие вопросы теории специальной педагогики	7	2		10		
2	Тема 1. Основные понятия, термины специальной педагогики. Предмет, задачи, методы, принципы специальной педагогики	7	2		10		
3	Раздел 2. История специальной педагогики	7			8		
4	Тема 2. Пять периодов в эволюции становления и развития систем спе- циального образования	7			8		
5	Раздел 3. Специальное образо- вание лиц с особыми образовательными потребностями	7	2	2	28		
6	Тема 3. Особые образовательные по- требности и содержание специального образования. Принципы, технологии и методы специального образования.	7	2		10		
7	Тема 4. Формы организации специ- ального образования. Отбор в специальные учреждения. Средства обеспечения коррекционно- образовательного процесса в системе специального образо- вания.	7		2	10		
8	Тема 5. Профессиональная деятельность и личность педагога в системе специального образования.	7			8		
9	Раздел 4. Педагогические сис-	7		8	47		

	темы специального образования						
10	Тема 6. Образование детей с нарушениями интеллекта.	7			9		
11	Тема 7. Специальное образование лиц с сенсорными нарушениями.	7		2	8		
12	Тема 8. Специальное образование лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.	7		2	8		
13	Тема 9. Педагогическая помощь детям с нарушениями речи	7		2	8		
14	Тема 10. Специальное образование при аутизме и аутических чертах личности	7		2	8		
15	Тема 11. Развитие и образование детей со сложными нарушениями развития	7			10		
16	Раздел 5. Перспективы развития специальной педагогики и специального образования	7			24		
17	Тема 12. Создание государственной системы ранней помощи.	7			8		
18	Тема 13. Интеграция и дифференциация в специальном образовании. Модели интегрированного обучения.	7			8		
19	Тема 14. Специальное образование и гуманистические образовательные системы.	7			8		
Итого 144			4	10	121	9	Экзамен

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Спортивной медицины

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.Б.22 «Безопасность жизнедеятельности»

Направление подготовки

49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)»

Профили подготовки

«Лечебная физическая культура»

«Физическая реабилитация»

«Адаптивное физическое воспитание»

Уровень образования

Бакалавриат

Форма обучения

Очная, заочная, заочная ускоренная

Год набора 2016г.

Москва – 2017г.



created by free version of

DocuFreezer

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 66 от «26» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Спортивной медицины
Протокол № 25 от «16» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Карьёнов Сергей Рудольфович, кандидат педагогических наук, доцент кафедры
Спортивной медицины РГУФКСМиТ

Рецензент:

Рубцова Наталия Олеговна, кандидат педагогических наук, профессор, зав.
кафедрой ТиМ адаптивной физической культуры РГУФКСМиТ

1. Цель освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» являются:

- формирование у студентов мировоззрения о неразрывном единстве профессиональной деятельности и безопасности и защищенности человека, что гарантирует сохранение работоспособности и здоровья человека;
- формирование у студентов системы знаний и представлений о современных методах и средствах обеспечения безопасности производственной деятельности человека и охраны окружающей среды;
- формирование навыков самостоятельной работы, необходимых для использования знаний в области безопасности жизнедеятельности при изучении специальных дисциплин и дальнейшей практической деятельности.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП): Б1.Б.22

Настоящая дисциплина относится к базовой части профессионального цикла и изучается на 1 курсе, в 1-м семестре очного, в 1-м семестре заочного и в 1-м семестре заочного ускоренного обучения.

Учебная дисциплина (модуль) «Безопасность жизнедеятельности» обеспечивает обязательный минимум знаний для профессиональной деятельности специалистов физической культуры.

Дисциплина непосредственно связана и базируется на сумме знаний и навыков, полученных студентами в ходе изучения таких дисциплин как «Математика», «Физика», «Информатика», «Экология», «Валеология», «Анатомия», «Психология» и других.

В свою очередь, знания, умения и навыки, полученные студентами при изучении этой дисциплины, используются при изучении других дисциплин, таких как «Теория и методика физической культуры», «Гигиенические основы физкультурно-оздоровительной деятельности», «Менеджмент физической культуры» и др., а также при выполнении выпускной квалификационной работы.

Основные положения дисциплины должны быть использованы во взаимосвязи с дальнейшим изучением дисциплин профессионально цикла.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине Безопасность жизнедеятельности, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Заочная ускоренная	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-7	Знать: - пути и средства профессионального самосовершенствования: профессиональные форумы, конференции, семинары, тренинги; магистратура, аспирантура); - систему категорий и методов, направленных на формирование аналитического и логического мышления; - закономерности профессионально-творческого и культурно-нравственного развития.	1	1	1
	Уметь: - анализировать информационные источники (сайты, форумы, периодические издания); - анализировать культурную, профессиональную и личностную информацию и использовать ее для повышения своей квалификации и личностных качеств.	1	1	1
	Владеть: - навыками организации самообразования, технологиями приобретения, использования и обновления социально-культурных, психологических, профессиональных знаний.	1	1	1
ОК-9	Знать: - цель, задачи и структуру службы медицины катастроф; - методы и приемы самопомощи, взаимопомощи и доврачебной помощи в ЧС природного, техногенного, социального и биолого-социального характера; - методы транспортировки пораженных и больных; знать основы ухода за больным	1	1	1
	Уметь: - использовать все виды аптечек для оказания самопомощи, взаимопомощи и доврачебной помощи; - уметь пользоваться простейшими средствами индивидуальной защиты; пользоваться табельными средствами индивидуальной	1	1	1

	защиты; - осуществлять различные виды транспортировки поражённых и больных.			
	Владеть: - приёмами оказания доврачебной помощи при травмах; - приёмами оказания помощи в очаге бактериологического, химического или радиационного поражения; - приёмами использования простейших и табельных индивидуальных средств защиты.	1	1	1
ОК-16	Знать: - значение информации для развития современного информационного общества; - опасности и угрозы, связанные с развитием информационных технологий; - основные требования информационной безопасности.	1	1	1
	Уметь: - пользоваться основными методами, способами и средствами получения, хранения, переработки информации; - учитывать основные требования информационной безопасности.	1	1	1
	Владеть: - технологиями анализа, получения, хранения, переработки и передачи информации.	1	1	1

4. Структура и содержание дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

4.1 Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет и основные положения курса «Безопасность жизнедеятельности»	1	2	2	2		
2	Защита населения в чрезвычайных ситуациях	1	2	2	6		
3	Факторы выживания, или факторы, способствующие сохранению жизни человека	1	2	2	6		
4	Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, грозы, ураганы, пурга, наводнения, сели, лесные и торфяные пожары и др.	1		2	2		
5	Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: взрывы, пожары, выбросы ядовитых и радиоактивных веществ, производственные аварии, нарушение экологического равновесия	1	2	4	6		
6	Чрезвычайные ситуации социального характера: терроризм, беспорядки, пограничные и военные конфликты, войны, эпидемии	1	2	4	6		
7	Первая доврачебная помощь	1	2	6	6		
8	Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека Психофизиологические и эргонометрические основы безопасности	1		2	2		
Итого часов:			12	24	36		зачёт

4.2 Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

Заочная ускоренная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет и основные положения курса «Безопасность жизнедеятельности»	1			8		
2	Защита населения в чрезвычайных ситуациях	1			10		
3	Факторы выживания, или факторы, способствующие сохранению жизни человека	1	2	2	10		
4	Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, грозы, ураганы, пурга, наводнения, сели, лесные и торфяные пожары и др.	1			6		
5	Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: взрывы, пожары, выбросы ядовитых и радиоактивных веществ, производственные аварии, нарушение экологического равновесия	1			10		
6	Чрезвычайные ситуации социального характера: терроризм, беспорядки, пограничные и военные конфликты, войны, эпидемии	1	2	2	10		
7	Первая доврачебная помощь	1			6		
8	Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека Психофизиологические и эргонометрические основы безопасности	1			4		
Итого часов:			4	4	64		зачёт

4.3 Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет и основные положения курса «Безопасность жизнедеятельности»	1			8		
2	Защита населения в чрезвычайных ситуациях	1			10		
3	Факторы выживания, или факторы, способствующие сохранению жизни человека	1	2	2	10		
4	Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, грозы, ураганы, пурга, наводнения, сели, лесные и торфяные пожары и др.	1			8		
5	Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: взрывы, пожары, выбросы ядовитых и радиоактивных веществ, производственные аварии, нарушение экологического равновесия	1			10		
6	Чрезвычайные ситуации социального характера: терроризм, беспорядки, пограничные и военные конфликты, войны, эпидемии	1		2	10		
7	Первая доврачебная помощь	1			6		
8	Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека Психофизиологические и эргонометрические основы безопасности	1			4		
Итого часов:			2	4	66		зачёт

5.Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Вопросы, выносимые на зачет

1. Основные понятия дисциплины БЖД.
2. Задачи БЖД.
3. Общие характеристики опасностей, причины.
4. Понятие идентификации опасностей.
5. Квантификация и таксономия опасностей.
6. Назначение и понятие номенклатуры опасностей.
7. Средства обеспечения безопасности.
8. Методы обеспечения безопасности.
9. Основные принципы обеспечения безопасности.
10. Методы исследования загазованности воздуха рабочей зоны. Линейно-колориметрический метод.
11. Методы исследования запыленности воздушной среды. Суть весового метода.
12. Исследование естественного производственного освещения. Суть метода Данилюка и его назначение.
13. Исследование искусственного производственного освещения.
Классификация искусственного производственного освещения.
14. Исследование методов защиты от шума. Основные акустические понятия.
15. Методы и средства обеспечения безопасной работы за персональным компьютером.
16. Оказание доврачебной помощи при химических и термических ожогах.

17. Оказание доврачебной помощи при тепловом или солнечном ударе.
18. Источники инфекции. Механизмы передачи инфекции.
19. Способы транспортировки пораженных током.
20. Действия по сигналу «Воздушная тревога» (Радиационная опасность», «Химическая тревога»).
21. Гражданская оборона.
22. Чрезвычайная ситуация.
23. Силы и средства входящие в состав РСЧС.
24. Дезинфекция, дезинсекция и дератизация.
25. Действие шума на человека. Защита от шума.
26. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.
27. Опасности, связанные с болезнями, передаваемые половым путем, и их профилактика.
28. Первая помощь при переохлаждении и обморожении.
29. Понятие о чрезвычайной ситуации техногенного характера.
30. Профилактика болезни «укачивания».
31. Первая помощь при аллергозах и поллинозах.
32. Первая медицинская помощь при обмороке.
33. Механическая асфиксия (приём «Буратино», приём «Геймлиха»).
34. Причины социальных опасностей и их классификация
35. Классификация лесных пожаров, способы тушения. Профилактика лесных пожаров.
36. Сигналы бедствия
37. Антропогенные изменения в природе. Формы антропогенного воздействия человека на биосферу.
38. Первая помощь при поражении электрическим током.
39. Оружие массового поражения, его классификация, поражающие факторы и защита от них
40. Правила поведения во время грозы

41. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИД. Способы передачи ВИЧ-инфекции и меры ее профилактики.
42. Эвакуация населения из зон чрезвычайных ситуаций. Виды эвакуации.
43. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.
44. Основные цели и задачи по защите населения от чрезвычайных ситуаций
45. Лесные и торфяные пожары, их последствия. Профилактика лесных и торфяных пожаров.
46. Чрезвычайные ситуации метеорологической природы: классификация, характеристика, характер явлений, способы защиты.
47. Чрезвычайные ситуации гидрологической и морской гидрологической природы: классификация, характеристика, характер явлений, способы защиты.
48. Природные пожары: причины возникновения, характер явлений, способы защиты.
49. Эпидемии и пандемии: причины возникновения, основные виды возбудителей, способы борьбы и защиты.
50. Эпизоотии и панзоотии: причины возникновения, основные виды возбудителей, способы борьбы и защиты.
51. Эпифитотии и панфитотии: причины возникновения, основные виды возбудителей, способы борьбы и защиты.
52. Самооборона и ее правовые основы
53. Катастрофы с выбросами радиоактивных веществ.
54. Гидродинамические аварии и их последствия.
55. Влияние технических факторов на население.
56. Безопасность трудовой деятельности.
57. ЧС социального характера и их виды.
58. Безопасность жизнедеятельности при массовых беспорядках.
59. Выживание в случае потери работы.
60. Безопасность жизнедеятельности при ЧС криминального характера.

61. Необходимая самооборона, средства для самообороны и их использование.
62. Терроризм как реальная угроза безопасности в современном обществе.
63. Правила поведения при проведении террористических актов.
64. Безопасность жизнедеятельности в случае технической аварии и ее особенности.
65. Действия населения при объявлении аварии технического характера.
66. Действия населения при объявлении эвакуации в случае технической аварии.
67. Особенности безопасности жизнедеятельности на транспорте.
68. Соблюдение безопасности на городском транспорте.
69. Безопасность жизнедеятельности на авиарейсах.
70. БЖД на железнодорожном транспорте (в поездах, в момент аварии или пожара).
71. Безопасность в ванной комнате, кухне.
72. Электро- и тепло-безопасность в домашних условиях.
73. Безопасность при употреблении продуктов питания.
74. Защита от нападения (укусов) животных.
75. Общие правила БЖД в случае опасностей криминального характера.
76. Действия при защите жилья от нападения.
77. Соблюдение безопасности на улице.
78. Соблюдение безопасности на массовых мероприятиях.
79. Психологические проблемы безопасности. Основные типы психических состояний.
80. Реакции человека на опасность: тревога, страх, испуг, паника

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

а) Основная литература:

1. Федоренко В.Н. Безопасность жизнедеятельности : учеб.пособие. Вып. 1: Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях: задачи и состав войск и сил РСЧС и ГО / В.Н. Федоренко, И.А. Ротанов, В.Г. Подковыров ; Гос. ком-т РФ по физ. культуре, спорту и туризму, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2013. - 99 с.: ил.
2. Безопасность жизнедеятельности : учеб.для студентов учреждений высш. проф. образования / [С.А. Полиевский [и др.]] ; под ред. С.А. Полиевского. - М.: Академия, 2013. - 366 с.: ил.

б) дополнительная литература:

1. Защита населения и объектов в чрезвычайных ситуациях. Радиационная безопасность: пособие : в 3 ч. Ч. 2: Система выживания населения и защита территорий в чрезвычайных ситуациях / С.В. Дорожко [и др.]. - 4-е изд., перераб. и доп. - Минск: Дикта, 2013. - 387 с.: ил.
2. Полиевский С.А. Комплексный междисциплинарный практикум по гигиене, экологии и БЖД / [Полиевский С.А., Иванов А.А., Григорьева О.В.] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет.образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. гигиены, БЖД, экологии и спортсооружений. - М., 2015. - 227 с.: ил., табл.
3. Соловьев С.С. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики — главные враги здоровья человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа, 2015.
4. Терроризм (Это должен знать каждый). Рекомендации гражданам. Разработаны Службой по борьбе с терроризмом Управления ФСБ России по г. Москве и Московской области. - М.: Изд. «Изографус», 2013. – 45 стр.

5. Ястребов Г.С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф : учеб.пособие для студентов образоват. учреждений сред. проф. образования, обучающихся по мед. специальностям : доп. М-вом образования РФ / Г.С. Ястребов. - Изд. 9-е. - Ростов н/Д: Феникс, 2014. - 415 с.: ил.

в) перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1.Интернет-ресурсы: Агентство МЧС по мониторингу и прогнозированию ЧС /<http://www.amre.ru>

2.Наследухов А.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—11 классы. Электронная библиотека наглядных пособий. — М.: Дрофа, 2014.

г) перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

- современные профессиональные базы данных и информационные – справочные системы:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1.. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» для обучающихся ИТРРиФ 1 курса, направление подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», профили подготовки «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация», очная, заочная и заочная ускоренная формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Спортивной медицины

Сроки изучения дисциплины: 1 семестр очной, 1 семестр заочной, 1 семестр заочной ускоренной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выступление на семинаре «ЧС природного характера»</i>	4-5	10
2	<i>Выступление на семинаре «ЧС социального характера»</i>	5-6	10
3	<i>Выступление на семинаре «Первая доврачебная помощь»</i>	6-7	10
4	<i>Выступление на семинаре Защита населения в ЧС»</i>	7-8	10
5	<i>Тестирование по теме «Факторы выживания»</i>	9-10	10
6	<i>Тестирование по теме «ЧС техногенного характера»</i>	11-12	10
7	<i>Написание реферата по предложенной тематике</i>	13-14	10
8	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	10
	<i>Зачёт</i>		20
	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Тестирование по теме «Факторы выживания»</i>	10
3	<i>Тестирование по теме «ЧС техногенного характера»</i>	10
4	<i>Написание реферата по предложенной тематике</i>	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра Спортивной медицины

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Б1.Б.22 «Безопасность жизнедеятельности»

Направление подготовки

**49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)»**

Профили подготовки

«Лечебная физическая культура»

«Физическая реабилитация»

«Адаптивное физическое воспитание»

Уровень образования

Бакалавриат

Форма обучения

Очная, заочная, заочная ускоренная

Год набора 2016г.

Москва – 2017г.

1.Общая трудоемкость дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»
составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

2.Семестры освоения дисциплины: 1 семестр очного, 1 семестр заочного и 1 семестр заочного ускоренного обучения.

3.Цель освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

Целями освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» являются:

- формирование у студентов мировоззрения о неразрывном единстве профессиональной деятельности и безопасности и защищенности человека, что гарантирует сохранение работоспособности и здоровья человека;
- формирование у студентов системы знаний и представлений о современных методах и средствах обеспечения безопасности производственной деятельности человека и охраны окружающей среды;
- формирование навыков самостоятельной работы, необходимых для использования знаний в области безопасности жизнедеятельности при изучении специальных дисциплин и дальнейшей практической деятельности.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»

В результате освоения дисциплины обучающиеся должны владеть следующими общекультурными компетенциями (ОК):

ОК-7 – способность к самоорганизации и самообразованию.

ОК–9 - способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.

ОК – 16 - способность понимать сущность и значение информации в развитии современного информационного общества, сознавать опасности и угрозы, возникающие в этом процессе, соблюдать основные требования информационной безопасности, в том числе защиты государственной тайны; владением основными методами, способами и средствами получения, хранения, переработки информации

5.Краткое содержание дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

5.1 Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет и основные положения курса «Безопасность жизнедеятельности»	1	2	2	2		
2	Защита населения в чрезвычайных ситуациях	1	2	2	6		
3	Факторы выживания, или факторы, способствующие сохранению жизни человека	1	2	2	6		
4	Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, грозы, ураганы, пурга, наводнения, сели, лесные и торфяные пожары и др.	1		2	2		
5	Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: взрывы, пожары, выбросы ядовитых и радиоактивных веществ, производственные аварии, нарушение экологического равновесия	1	2	4	6		
6	Чрезвычайные ситуации социального характера: терроризм, беспорядки, пограничные и военные конфликты, войны, эпидемии	1	2	4	6		
7	Первая доврачебная помощь	1	2	6	6		
8	Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека Психофизиологические и эргонометрические основы безопасности	1		2	2		
Итого часов:			12	24	36		зачёт

5.2 Заочная ускоренная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет и основные положения курса «Безопасность жизнедеятельности»	1			8		
2	Защита населения в чрезвычайных ситуациях	1			10		
3	Факторы выживания, или факторы, способствующие сохранению жизни человека	1	2	2	10		
4	Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, грозы, ураганы, пурга, наводнения, сели, лесные и торфяные пожары и др.	1			6		
5	Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: взрывы, пожары, выбросы ядовитых и радиоактивных веществ, производственные аварии, нарушение экологического равновесия	1			10		
6	Чрезвычайные ситуации социального характера: терроризм, беспорядки, пограничные и военные конфликты, войны, эпидемии	1	2	2	10		
7	Первая доврачебная помощь	1			6		
8	Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека Психофизиологические и эргонометрические основы безопасности	1			4		
Итого часов:			4	4	64		зачёт

5.2 Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет и основные положения курса «Безопасность жизнедеятельности»	1			8		
2	Защита населения в чрезвычайных ситуациях	1			10		
3	Факторы выживания, или факторы, способствующие сохранению жизни человека	1	2	2	10		
4	Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, грозы, ураганы, пурга, наводнения, сели, лесные и торфяные пожары и др.	1			8		
5	Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: взрывы, пожары, выбросы ядовитых и радиоактивных веществ, производственные аварии, нарушение экологического равновесия	1			10		
6	Чрезвычайные ситуации социального характера: терроризм, беспорядки, пограничные и военные конфликты, войны, эпидемии	1		2	10		
7	Первая доврачебная помощь	1			6		
8	Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека Психофизиологические и эргонометрические основы безопасности	1			4		
Итого часов:			2	4	66		зачёт

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

Кафедра естественно-научных дисциплин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.Б.23 «Научно-методическая деятельность»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.02. «Физическая культура для
лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)»
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная
физическая культура», «Физическая реабилитация»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная, ускоренная*
Год набора 2016 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 66 от «26» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
естественно-научных дисциплин
(наименование)
Протокол № 1 от «1» сентября 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Попов Григорий Иванович, доктор педагогических наук, профессор,
заведующий кафедрой естественно-научных дисциплин
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент: Шалманов Александр Александрович, кандидат педагогических
наук, доцент, профессор кафедры биомеханики
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Научно-методическая деятельность»

Целью освоения дисциплины (модуля) «Научно-методическая деятельность» является: формирование у слушателей навыков научного мышления, ознакомление с методами проведения научных исследований и способами оформления их результатов.

2. Место дисциплины (модуля) «Научно-методическая деятельность» в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Научно-методическая деятельность» относится к базовой части учебного плана ООП РГУФКСМиТ по направлению подготовки 49.03.02. «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)», профилю «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация». Дисциплина «Научно-методическая деятельность» является отдельной дисциплиной учебного плана ООП РГУФКСМиТ по направлению подготовки 49.03.02. «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)», профилю «Адаптивное физическое воспитание», «Лечебная физическая культура», «Физическая реабилитация». Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности на уровне освоенности учебного материала после 2 лет обучения что обусловило логическую и содержательно-методическую взаимосвязь данной дисциплины с системообразующими (сквозными) дисциплинами базовой части теоретических дисциплин. Освоение дисциплины «Научно-методическая деятельность» базируется на изучении учебных дисциплин математики, физики, анатомии, биомеханики, биохимии, физиологии. Специфика дисциплины предусматривает подготовку бакалавра к профессиональной деятельности в части получения объективных данных об эффективности организации процесса подготовки его учеников, имея в перспективе надежное повышение спортивных достижений в избранном виде спорта.