

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
профессионального образования «Великолукская государственная академия
физической культуры и спорта»

ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Направление подготовки

**034400 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)**
Профиль подготовки - адаптивное физическое воспитание

Квалификация выпускника - бакалавр

Форма обучения – очная

Нормативный срок освоения программы -4 года

Великие Луки 2012

Оглавление

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	3
II. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫПУСКНИКА ВУЗА (бакалавра) ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ 034400 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура).....	4
III. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ ДИСЦИПЛИН	7
IV. ПРОГРАММЫ ПРАКТИК.....	713

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Основная образовательная программа высшего образования (ООП ВПО) по направлению подготовки 034400.62 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) реализуется ВЛГАФК по профилю «Адаптивное физическое воспитание». ООП ВПО регламентирует цели, ожидаемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки выпускника и включает в себя: учебный план, рабочие программы учебных дисциплин, другие материалы, обеспечивающие подготовку бакалавров.

1.2. Нормативно-правовую базу ООП ВПО составляют:

- Федеральный закон №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года;
- Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования (ФГОС ВПО) по направлению подготовки 034400 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (квалификация (степень) «бакалавр»), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «29» марта 2010г. № 220;
- Письмо Минобрнауки РФ от 13.05.2010 г. «О разработке вузами основных образовательных программ»;
- Устав ФГБОУ ВПО «ВЛГАФК».

1.3. Общая характеристика ООП ВПО. Основная цель ООП ВПО – формирование у студентов личностных качеств, а также общекультурных и профессиональных компетенций, развитие навыков педагогической, воспитательной, развивающей, реабилитационной (восстановительной), компенсаторной, профилактической, научно-исследовательской и организационно-управленческой деятельности в соответствии с требованиями ФГОС ВПО по направлению подготовки 034400 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (квалификация (степень) «бакалавр»). Основные задачи ООП ВПО:

- определить последовательность формирования общекультурных и профессиональных компетенций посредством установления преемственности содержания учебных дисциплин учебного плана;
- обеспечивать учебно-методическое сопровождение образовательного процесса;
- определять цели и задачи учебных дисциплин, их место в структуре ООП ВПО;
- регламентировать критерии и средства оценки знаний и навыков студентов по итогам изучения учебных дисциплин.

II. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВЫПУСКНИКА ВУЗА (бакалавра) ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ 034400 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

- 2.1. Область профессиональной деятельности бакалавров включает область педагогической антропологии, где он является активным субъектом приобщения лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья (включая инвалидов) всех нозологических форм, возрастных и гендерных групп к адаптивной физической культуре, саморазвитию, самосовершенствованию, самоактуализации, а также формирования и (или) коррекции у них физических, психических, социальных и духовных характеристик.
- 2.2. Объектами профессиональной деятельности бакалавров являются: физические, психические, социальные и духовные характеристики лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) всех нозологических форм, возрастных и гендерных групп, реализующих свои потребности в процессе занятий различными видами адаптивной физической культуры: адаптивным физическим воспитанием, адаптивным спортом, адаптивной двигательной рекреацией, физической реабилитацией, экстремальными и креативными видами двигательной активности.
- 2.3. Виды профессиональной деятельности бакалавров:
педагогическая;
воспитательная;
развивающая;
реабилитационная;
компенсаторная;
профилактическая;
научно-исследовательская;
организационно-управленческая

Бакалавр по направлению подготовки 034400 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки:

педагогическая деятельность:

осуществлять обучение лиц с отклонениями в состоянии здоровья в области специальных знаний и способов" их рационального применения для оптимизации физических потенциалов в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры;

обеспечивать усвоение занимающимися с ограниченными возможностями здоровья двигательных действий, позволяющих реализовывать жизненно и профессионально важные умения и навыки, избранный вид соревновательной деятельности, отдых и переключение с основных видов бытовой и профессиональной деятельности, лечебное воздействие на организм человека, экстремальные и креативные виды двигательной активности;

определять, планировать, реализовывать и корректировать содержание когнитивного и двигательного (моторного) обучения, исходя из единства механизмов формирования ориентировочной основы умственных, сенсорных, перцептивных и двигательных действий и понятий и с учетом результатов оценивания физического, функционального и психического состояния занимающихся;

способствовать формированию у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способов познания и преобразования собственных физических качеств и окружающего мира (способов самообразования в сфере адаптивной физической культуры), обеспечивающих им условия для

самоопределения, физического (телесного) самосовершенствования и, как следствие, самоактуализации;

воспитательная деятельность:

формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья социально значимые потребности, которые будут определять ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, соответствующие современному этапу развития общества, гуманистическим идеалам европейской и мировой культуры;

обеспечивать воспитание у занимающихся негативного отношения ко всем видам антисоциального поведения и зависимостей человека от психоактивных веществ, алкоголя, табакокурения, компьютерной, экранной, игровой и других видов зависимостей;

добиваться того, чтобы ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни становились достоянием общества и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, формировать у них способности вести самостоятельную жизнь на основе сформированных потребностей и ценностных ориентации;

развивающая деятельность:

содействовать развитию психических и физических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов развития тех или иных психических и физиологических функций, а также структуры, характера, этиологии и патогенеза заболевания;

обеспечивать усвоение занимающимися спектра знаний из различных областей науки о закономерностях развития человека, его двигательной, психической, духовной сфер с целью своевременного и целенаправленного воздействия для оптимизации процесса развития;

содействовать реализации задач развивающего обучения, обеспечивающего полноценное усвоение знаний, формирование учебной деятельности, непосредственно влияющих на умственное и физическое развитие человека;

реабилитационная (восстановительная) деятельность:

способствовать восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессиональной деятельности инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием средств и методов адаптивной физической культуры;

обеспечивать возможности более полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья;

проводить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок;

компенсаторная деятельность:

способствовать развитию оставшихся после болезни или травмы функций организма человека с целью частичной или полной замены утраченных функций;

обеспечивать освоение новых способов реализации основных видов жизнедеятельности человека, исходя из его оставшихся функций;

профилактическая деятельность:

проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма человека;

проводить комплекс мероприятий по предупреждению возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основной причиной, ограничивающей возможности здоровья человека;

осуществлять психотерапевтические меры по недопущению и (или) устранению психологических комплексов, обусловленных тем или иным заболеванием человека или видом инвалидности;

научно-исследовательская деятельность:

выявлять актуальные вопросы в сфере адаптивной физической культуры и ее основных видов;

проводить научные исследования эффективности различных способов деятельности в сфере адаптивной физической культуры и ее основных видов с использованием современных методов исследования;

осуществлять научный анализ, обобщение, оформление и презентацию результатов научных исследований;

организационно-управленческая деятельность:

организовывать и проводить физкультурно-массовые и спортивные мероприятия с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья; планировать свою профессиональную деятельность, руководствуясь Конституцией Российской Федерации, законами Российской Федерации и органов управления в сфере физической культуры и спорта и образования, нормативно-правовыми актами в сфере физической культуры и спорта и образования;

работать с финансово-хозяйственной документацией в сфере адаптивной физической культуры и ее основных видов;

соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся в процессе занятий.

III. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ ДИСЦИПЛИН

3.1. Рабочая программа дисциплины «**История**» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор – разработчик - Гулин Андрей Александрович, старший преподаватель

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Воспитание интеллектуально развитой личности на основе представлений об особенностях исторического развития Российской государственности, знакомство студентов с основами Российской истории в контексте всемирно-исторического процесса и формирование научно-исторического мышления, понимания закономерностей исторических процессов, их взаимообусловленности.

Дисциплина призвана способствовать развитию навыков использования исторических знаний в различных видах деятельности; приобретению историко-культурного опыта. Изучение системы представлений об особенностях развития России во временной ретроспективе будет способствовать формированию общекультурной системы взглядов бакалавров.

Задачи дисциплины

- разъяснить различия эпох и периодов в истории России, включая основные события, явления, процессы развития разных сфер жизнедеятельности общества, показать роль исторических личностей;
- дать представление об историографии, основных точках зрения на важнейшие события истории России;
- развивать умение сопоставлять различные точки зрения на исторические события, оценивать их, формируя свою гражданскую позицию;
- воспитать уважение к государственности России во всех её исторических формах;
- научить пользоваться различными историческими источниками;
- выработать навыки применения системы терминов и общетеоретических понятий по основным разделам дисциплины.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «История» относится к базовой части гуманитарного, социального и экономического цикла (Б1) и является обязательной для изучения. Для освоения данной дисциплины обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, которые студенты - первокурсники получили в процессе изучения школьных дисциплин «История России», «Всеобщая история», «Новая и новейшая история России и зарубежных стран», «Обществознание», «Мировая художественная культура» и элективных курсов.

Особенность дисциплины состоит в формировании знаний и навыков, определяющих историческую культуру, развитие гражданских качеств личности, формирование чувства сопричастности и уважения истории своей страны и принятия на себя моральной ответственности за настоящее и будущее России.

Дисциплина призвана способствовать развитию навыков использования исторических знаний в различных видах деятельности; приобретению историко-культурного опыта.

В рамках лекций предполагается систематическое, последовательное, монологическое изложение преподавателем учебного материала теоретического характера. Лекционный курс рассматривает основные этапы отечественной истории. Раскрывается механизм взаимодействия внутренней и внешней политики, проблем становления и развития социальных, экономических и государственных институтов.

Практические занятия направлены на закрепление полученных знаний, конкретизацию и углубленную проработку лекционного материала, проверку самостоятельной работы. Освоение курса предполагает, помимо посещения лекций и практических занятий, написание доклада на одну из предложенных тем. Самостоятельная работа направлена на углубленное освоение тем программы, включает подготовку докладов, а также углубление знаний и навыков, полученных на практических занятиях. Используются интерактивные формы: дискуссии, обсуждение спорных проблем, проведение круглых столов и др.

Образовательный процесс происходит в учебных аудиториях. Помещения укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами для представления учебной информации студентам. Используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающих показ тематических иллюстраций во время проведения лекционных занятий и занятий, проводимых в интерактивных формах.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-1, ОК-2, ОК - 4, ОК-5, ОК-9, ОК-10, ОК-12, ОК-13. В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- движущие силы и закономерности исторического процесса,
- историю России, её место в системе мировой культуры и цивилизации;
- историю и современное состояние общественной мысли в сфере социальной теории;
- основные факты и явления, характеризующие целостность исторического процесса;
- главные методы анализа исторического процесса (логический, синхронно-исторический, ретроспективный, сравнительно-исторический и др.), российской государственности и общества в контексте мирового исторического процесса

уметь:

- анализировать исторические факты;
- оценивать достижения культуры на основе знания исторического контекста,
- уважительно и бережно относиться к историческому наследию;
- вырабатывать самостоятельные взгляды и суждения по проблемам истории;
- применять полученные знания при прогнозировании возможных исторических перспектив, а также в будущей профессиональной деятельности;
- соотнести различные периоды и направления в развитии отечественной и всемирной истории, оценить их с учетом современного уровня исторического познания.

владеть:

- основными историческими понятиями и терминами;
- технологиями научного анализа, использования и обновления знаний по истории России различных периодов в контексте всемирно-исторического процесса;
- навыками самостоятельной работы с исторической научной литературой, историческими первоисточниками.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина состоит из следующих разделов:

Раздел 1. История как наука.

Раздел 2. Образование государственности на Руси. Древнерусское государство Киевская Русь. Период феодальной раздробленности (XIII – XV вв.)

Раздел 3. Социально-экономическое и политическое развитие централизованного российского государства (XV – XVII вв.)

Раздел 4. Россия в XVIII – XIX веке.

Раздел 5. Россия в условиях Первой мировой войны и общенационального кризиса (1914-1922 гг.).

Раздел 6. СССР: этапы развития и сущность советского строя. 1922-1991 гг.

Раздел 7. Россия на современном этапе развития.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Что является предметом истории?
2. Почему история является многоотраслевой наукой?
3. Какие известны философские подходы к истории?
4. Какие методы в истории относятся к общенаучным?
5. Какие известны специальные методы истории?
6. Что такое исторический источник?
7. Какие известны типы исторических источников?
8. Что такое историография?
9. Назовите выдающихся отечественных историографов.
10. Какие периоды различают в историографии?
11. Какие племена поселились на Восточно – Европейской равнине в период Великого переселения народов?
12. Назовите военно – политические союзы славян.
13. Что такое «норманнская» и «антинорманнская» теории, их основные идеи?
14. Какие особенности имело социально – экономическое развитие Древней Руси?
15. Что такое «Русская правда»?
16. Признаки образования Киевской Руси как государства.
17. Какие этапы можно выделить в истории Киевского государства?
18. Охарактеризуйте язычество, как форму религии.
19. Что такое двоеверие?
20. Как происходили взаимоотношения Древней Руси и Византии?
21. Сколько времени занимало принятие Русью христианства?
22. В чем заключается историческое значение принятия Русью христианства?
23. Что такое феодальная раздробленность?
24. Каковы предпосылки и последствия феодальной раздробленности?
25. Какие особенности имело Ростово – Суздальское (Владимиро – Суздальское) княжество?
26. В чём заключалась специфика Галицко – Волынского княжества?
27. В чём проявлялись особенности самоуправления в Новгородской и Псковской феодальных республиках?
28. Когда произошло завоевание Руси монголами?
29. Сколько лет длилось иго?
30. Что представляло собой ордынское владычество?
31. Каким образом можно охарактеризовать проблему взаимовлияния Руси и Золотой Орды?
32. Как можно оценить роль Александра Невского в русской истории?
33. Каковы были причины возвышения Московского княжества?
34. Какую роль сыграли Иван Калита и Дмитрий Донской в возвышении Московского княжества?
35. Что такое дворцово – вотчинная система управления?
36. Что такое система кормления?
37. Что такое воеводское управление?
38. Что такое поместья?
39. Что могли сделать крестьяне в Юрьев день?
40. Что такое Земские соборы?
41. Что означает термин «венчание на царство»?
42. Что такое Избранная Рада, какие функции она выполняла?
43. Охарактеризуйте реформы Ивана Грозного и их эффективность.
44. Что такое приказы и в чём заключалась их деятельность?

45. Что такое опричнина и земщина, в чём их отличия?
46. Каковы последствия опричнины?
47. Каковы причины и последствия Ливонской войны?
48. В чём заключались особенности взаимоотношений Казанского, Астраханского, Крымского ханств с Московским государством?
49. Как русские осваивали Сибирь?
50. В чём заключались особенности взаимоотношений русского народа и коренных народов Сибири?
51. В чём заключался рост экономических связей России с Закавказьем и Средней Азией?
52. Какое время в истории России получило название Смутного?
53. Каковы причины Русской Смуты.
54. Составьте описание периодизации Русской Смуты.
55. Чем характеризовалось двоевластие?
56. Почему Польша оказала военную помощь самозванцам?
57. Что такое Семибоярщина?
58. Каковы были особенности сбора отрядов ополчения в Нижнем Новгороде?
59. Кто возглавлял отряды нижегородского народного ополчения?
60. Почему к власти в России после Смуты пришёл именно Михаил Романов?
61. Кто такой патриарх Никон и в чём заключались его реформы?
62. Что такое старообрядчество?
63. Когда было принято Соборное Уложение?
64. Что понимают под Соляным, Чумным и Медным бунтами?
65. Опишите основные этапы восстания под руководством С. Разина.
66. Чем характеризовалась внешняя политика Российского государства в XVIII веке?
67. Как происходило воссоединение Украины с Россией?
68. Какие основные реформы были проведены Петром Великим?
69. Каковы причины, ход и итоги Северной войны?
70. Как следует понимать термин «эпоха дворцовых переворотов»?
71. Какую роль выполнял Верховный Совет во время правления Екатерины I?
72. Что такое кондиции Анны Иоановны?
73. Как можно охарактеризовать бироновщину?
74. Что такое «просвещенный абсолютизм»?
75. Каковы основные направления внешней и внутренней политики Екатерины II Великой?
76. Что такое «Наказ» и кому он предназначался?
77. Что такое Уложенная комиссия?
78. Что такое «Жалованная грамота дворянству» и «Грамота на права и выгоды городам»?
79. Чем знаменит швейцарский поход А. В. Суворова?
80. Как можно охарактеризовать указ Павла I о трехдневной барщине?
81. Как можно охарактеризовать реформы Александра I?
82. Что такое Негласный Комитет и каковы его функции?
83. Как решался крестьянский вопрос?
84. Когда были созданы министерства, какие функции они выполняли?
85. Кто такой М. М. Сперанский и в чём заключался предложенный им проект государственных преобразований?
86. Какие главные направления были во внешней политике Российского государства в XIX веке?
87. Почему Отечественная война 1812 г. приобрела характер партизанской?
88. Чем по сути являлось восстание декабристов и каковы причины его поражения?
89. Почему Кавказская война была такой длительной?

90. Каковы итоги Крымской войны?
91. Когда в России отменили крепостное право?
92. Что такое народничество?
93. Какова была структура российского общества в начале XX века?
94. Какие особенности имела экономика России в начале XX века?
95. В чем заключались реформы С. Ю. Витте?
96. В чем заключались сущность аграрной реформы П. А. Столыпина и её итоги?
97. Что явилось причинами поражения России в русско – японской войне?
98. Что произошло в России 9 января 1905 г.?
99. Как можно охарактеризовать деятельность Государственной Думы I, II, III, IV созывов?
100. Как складывалась ситуация в России накануне Первой Мировой войны?
101. Каковы предпосылки и причины Февральской революции?
102. Как можно охарактеризовать обстановку в России в феврале 1917 г.?
103. При каких обстоятельствах Николай II отрекся от престола? В чем сущность двоевластия?
104. Что такое Временное правительство и какие оно имело полномочия?
105. Как можно охарактеризовать Корниловский мятеж?
106. Что такое Красная гвардия?
107. Что такое Директория?
108. Что такое Предпарламент?
109. Имелась ли альтернатива вооруженному восстанию большевиков?
110. Какие решения были приняты на II Всероссийском съезде Советов?
111. Почему было распущено Учредительное собрание?
112. Когда была принята первая конституция РСФСР?
113. Какие социальные действия предпринимали большевики?
114. Когда и на каких условиях был заключен мир в Брест – Литовске с Германией?
115. Что явилось причинами иностранной интервенции на территорию России?
116. Что такое Белое движение?
117. Какие этапы Гражданской войны известны?
118. Что такое красный террор ВЧК и каковы его причины?
119. Что явилось причинами поражения Белого движения и провала иностранной военной интервенции?
120. Каковы итоги Гражданской войны?
121. Что такое российская эмиграция и где она находилась?
122. Что представляла собой Россия по окончании Гражданской войны?
123. Что такое политика «военного коммунизма» и каковы её особенности?
124. Что такое продразвёрстка?
125. Какую сущность имела новая экономическая политика?
126. Что такое Кронштадский мятеж?
127. Что представляла собой внешняя политика РСФСР?
128. Когда и каким образом был образован СССР?
129. Что такое левая оппозиция и каким образом с ней велась борьба?
130. Каковы итоги массовых репрессий?
131. Что такое ГУЛАГ?
132. Что такое индустриализация?
133. Какие меры предпринимались руководством страны по индустриализации?
134. Что такое Стахановское движение?
135. Какие меры предпринимались для ускорения коллективизации сельского хозяйства?
136. Какие задачи решала культурная революция?
137. С кем и когда велись военные действия у озера Хасан и у реки Халхин – Гол?

138. Что такое пакт Молотова – Риббентропа и Секретный протокол о разграничении сфер влияния между Германией и СССР в Восточной Европе и каковы их последствия?
139. Когда и как началась Вторая мировая война?
140. Что такое план «Блицкриг»?
141. Какие этапы выделяют в ходе Великой Отечественной войны?
142. Какое решение было принято на Тегеранской конференции 1943 г.?
143. Что означала капитуляция Германии?
144. Закончилась ли Вторая мировая война после капитуляции Германии?
145. Каковы итоги Второй мировой войны?
146. В чем суть «политики десталинизации»?
147. Что такое «Холодная война»?
148. Что такое СЭВ?
149. С какой целью была создана Организация Восточного Договора?
150. Что такое Карибский кризис?
151. Что такое «застой» и каковы его причины?
152. Какие основные направления характеризуют особенности внешней политики СССР от окончания Второй мировой войны до середины 80 –х годов XX века?
153. Что такое «перестройка», в чем её сущность и значение?
154. Когда в СССР был введен пост президента?
155. Что такое ГКЧП и в чем причины его поражения?
156. Как распался СССР и было создано СНГ?
157. Когда была осуществлена ликвидация системы Советов в России?
158. Когда была принята Конституция РФ?
159. Какой новый орган власти появился в России после принятия Конституции?
160. Когда в России президентом стал В. В. Путин?

Примерная тематика рефератов

1. Понятие, объект и предмет истории.
2. История как многоотраслевая наука.
3. Понятие исторического источника, его классификация.
4. Понятие историографии, выдающиеся отечественные историографы.
5. Основная идея «норманнской» теории.
6. М. В. Ломоносов как представитель «антинорманнской» теории.
7. Язычество как форма религии.
8. Русь и Византия: основы взаимоотношений.
9. Особенности самоуправления в Новгородской и Псковской феодальных республиках.
10. Александр Невский: значение деятельности для последующих поколений.
11. Было ли на Руси ордынское иго?
12. Особенности вхождения русских земель в Великое Княжество Литовское.
13. Причины возвышения Московского княжества.
14. Деятельность Ивана Калиты и Дмитрия Донского по созданию единого государства.
15. Свержение ордынского ига.
16. Роль Земских Соборов.
17. Иван Грозный – царь всея Руси.
18. Что такое Избранная Рада?
19. Система губных учреждений.
20. Опричнина, её причины и последствия.
21. Смутное время: причины, этапы, последствия.
22. Самозванцы в истории России.
23. Освобождение Москвы Вторым народным ополчением.
24. Национально – освободительное движение на Украине под руководством Б. Хмельницкого.

25. Итоги основных реформ Петра Великого и их значение для России.
26. Северная война: причины и итоги.
27. Крестьянская война под руководством Е. Пугачева.
28. Эпоха дворцовых переворотов.
29. М. М. Сперанский и подготовленный им проект государственных преобразований России.
30. Отечественная война 1812 г.: причины, ход, итоги.
31. Восстание декабристов как часть мирового революционного процесса.
32. Подчинился ли России Кавказ после пленения Шамиля?
33. Русско–японская война: причины, ход, итоги, последствия.
34. Деятельность Государственных Дум, как становление российского парламентаризма.
35. Антанта и Россия.
36. События 9 января 1905 г. («Кровавое воскресенье»)
37. Февральская демократическая революция.
38. Лавр Георгиевич Корнилов – мятежник или защитник Отечества?
39. Временное коалиционное правительство.
40. Трагедия царской семьи.
41. Вооруженное восстание с 24 октября (7 ноября) по 2 (15) ноября 1917 г. в Петрограде и Москве.
42. Создание РСФСР и других социалистических республик.
43. Белое движение и причины его поражения.
44. Гражданская война в России.
45. Особенности политики «военного коммунизма».
46. Сущность новой экономической политики.
47. Культурная революция в СССР.
48. Пакт Молотова – Риббентропа и Секретный протокол о разграничении сфер влияния между Германией и СССР в Восточной Европе от 23 августа 1939 г: их значение для истории.
49. Вторая мировая война: причины, участники, итоги.
50. Советско-финская война (1939—1940).
51. Тегеранская, Ялтинская, Потсдамская конференции и их решения.
52. Холодная война.
53. Политический кризис 19993 г. и пути его преодоления.
54. Конституция Российской Федерации – фундамент российской государственности.
55. Экономические и социально – демографические последствия реформ 1990 –х.
56. Внешнеполитическая деятельность России на современном этапе.

Перечень вопросов к экзамену

1. Предмет истории.
2. Методы изучения истории.
3. Понятие и классификация исторического источника.
4. Историография и выдающиеся историографы.
5. Основные версии и этапы становления русской государственности.
6. Принятие Русью христианства. Российско – византийские связи.
7. Причины феодальной раздробленности на Руси.
8. Особенности Владимиро – Суздальского княжества.
9. Особенности Галицко – Волынского княжества.
10. Новгородская и Псковская феодальные республики.
11. Ордынское владычество на Руси и его последствия.
12. Взаимоотношения Руси и средневекового Запада. Деятельность Александра Невского.
13. Причины возвышения Московского централизованного государства.

14. Этапы образования Московского централизованного государства. Деятельность Ивана III и Василия III.
15. Прекращение взаимоотношений Москвы и Золотой орды. Свержение ига.
16. Формирование сословной организации общества в Московском государстве.
17. Реформы Ивана Грозного. Опричнина.
18. Внешняя политика России в XVI веке. Ливонская война.
19. Смутное время. Самозванцы.
20. Становление династии Романовых.
21. Реформы Алексея Михайловича. Церковный раскол.
22. Соборное уложение 1649 г.
23. «Бунташный» век.
24. Взаимоотношения Руси и Украины. Деятельность Богдана Хмельницкого.
25. Реформы внутренней политики Петра Великого.
26. Этапы Северной войны и их значение.
27. Вступление на престол Екатерины I и Петра II.
28. Кондиции Анны Иоанновны. Бироновщина.
29. Действия гвардии по вступлении на престол Елизаветы Петровны.
30. Основные направления внешней политики России в середине XVIII в.
31. Реформы внутренней политики Екатерины Великой.
32. Этапы внешней политики Екатерины Великой.
33. Крестьянская война под предводительством Е. Пугачева.
34. Правление Павла I и его последствия.
35. Александр I и внутренние реформы во время его правления.
36. Деятельность комиссии М. М. Сперанского.
37. Отечественная война 1812 года и её значение.
38. Европейские походы русской армии. Взятие Парижа. Венский конгресс.
39. Северное и Южное общества. Восстание декабристов.
40. Кавказская война и её значение.
41. Крымская война, её этапы.
42. «Великие реформы» 60 – 70 г. XIX века.
43. Отмена крепостного права.
44. Контрреформы Александра III.
45. Внешняя политика России во второй половине XIX века.
46. Революционное народничество.
47. Организация сословий общества в начале XX века.
48. Особенности экономики России в начале XX века.
49. Общественные реформы начала XX века. Революция 1905 – 1907 гг.
50. Русско – японская война 1904 – 1905 гг. и её значение.
51. События 9 января 1905 года («Кровавое воскресенье»).
52. Деятельность Государственных Дум.
53. Россия в условиях Первой мировой войны и общенационального кризиса (1914 – 1917 гг.).
54. Революция 1917 г.: причины, ход, итоги.
55. Создание двоевластия. Деятельность Учредительного собрания.
56. Гражданская война и интервенция (1917 – 1920 гг.), их результаты и последствия.
57. Социально – экономическое развитие России в 1920 г. НЭП.
58. Образование СССР.
59. Индустриализация и коллективизация.
60. Внешняя политика СССР в 1920 – 1930 гг.
61. Противоречивость развития СССР в 1930 – 1940 гг.
62. Начало Второй мировой войны.
63. Великая Отечественная война 1941 – 1945 гг., её этапы и значение.

64. Окончание Второй мировой войны, её значение.
65. Социально – экономическое развитие и общественно – политическая жизнь в СССР (1945 – 1953 гг.)
66. Попытки осуществления политических и экономических реформ (1950 – 1960 гг.).
67. Внешняя политика СССР (1940 – 1960 гг.). Холодная война против СССР.
68. СССР в середине 1960 – 1980 гг.: нарастание кризисных явлений.
69. Советский Союз в 1985 – 1991 гг.: продолжение кризиса. Перестройка: сущность, этапы, значение.
70. Попытка государственного переворота 1991 г. (действия ГКЧП).
71. Распад СССР. Беловежские соглашения. Создание СНГ.
72. Принятие Декларации о независимости России, её значение.
73. Конституция России 1993 г.
74. Последствия референдума о разрешении конституционного кризиса.
75. Действия Б. Н. Ельцина по разрешению конфликта с Верховным Советом.
76. Проведение выборов в Федеральное Собрание и Государственную Думу.
77. Обострение отношений центрального правительства и руководства Чеченской Республики. Первая и вторая чеченские войны.
78. Экономические реформы в России (1990 – 2000 гг.), их последствия
79. Назначение преемника и передача полномочий Б. Н. Ельциным В. В. Путину.
80. Внешняя политика России в конце XX – начале XXI века.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО РАЗДЕЛАМ, ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс с обучени я	Наименование тем и разделов	Вс его (часов)	Аудиторные занятия		Само стоя- тельная работа
			Ле кции	Семинар- ские занятия	
Пер вый курс, первый семестр	Тема 1.1 История как наука. Понятие и классификация исторического источника. Отечественная историография.	8	2	2	4
	Тема 2. 1 Образование государственности на Руси. Древнерусское государство Киевская Русь	8	2	2	4
	Тема 2. 2 Феодалная раздробленность на Руси. Ордынское владычество на Руси и его последствия. Русь и средневековые государства Европы.	8	2	2	4
	Тема 3.1 Образование централизованного Московского государства. Свержение ордынского ига. Формирование сословной системы организации общества	8	2	2	4
	Тема 3.2 Реформы Ивана IV Грозного. Внешняя политика России в XVI веке.	8	2	2	4
	Тема 3.3 Смутное время. Самозванцы. Церковный раскол.	8	2	2	4

	Соборное уложение 1649 г. «Бунташный» век. Внешняя политика России в XVII веке.				
	Тема 4.1 Российская империя в XVIII веке.	8	2	2	4
	Тема 4.2 Россия в XIX веке	8	2	2	4
	Тема 5.1 Социально – экономическое развитие России в начале XX века.	8	2	2	4
	Тема 5.2 Политические преобразования в России до 1917 г.	8	2	2	4
	Тема 5.3 Революция 1917 г. Гражданская война и интервенция.	8	2	2	4
	Тема 6.1 СССР в период строительства социализма (1920 - 1939 гг.)	8	2	2	4
	Тема 6.2 Советский Союз в годы Второй мировой войны и в годы холодной войны.	8	2	2	4
	Тема 7.1 Советский Союз в 1985 – 1991 г. Перестройка. Распад СССР. Российская Федерация на современном этапе развития.	4	2	-	2
	Итого:	8	28	26	54

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ.

Курс обучения завершается экзаменом в соответствии с объемными требованиями. Итоговый контроль (ЭКЗАМЕН) проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (обязательная):

1. Некрасова, М.Б. Отечественная история : учеб. пособие для бакалавров / М.Б. Некрасова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Юрайт, 2012. - 378 с.
2. Белюков Д. А. Отечественная история. Учебное пособие. Великие Луки, 2010. - 263 С.
3. Кузнецов И. Н. Отечественная история. Учебник – М.: Дашков и К, 2009. - 816 С.

Рекомендуемая литература (дополнительная):

- 1) Фортунатов В. В. Отечественная история в схемах и комментариях. – Спб. Питер, 2009. - 224 с.

3.2. Рабочая программа дисциплины «Философия» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Фетисов Николай Викторович, старший преподаватель

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Формирование представления о специфике философии как способе познания и духовного освоения мира, основных разделах современного философского знания, философских проблемах и методах их исследования; овладение базовыми принципами и приемами философского познания; введение в круг философских проблем, связанных с областью будущей профессиональной деятельности; развитие навыков критического восприятия информации, умения логично формулировать, излагать и философски аргументировано отстаивать собственное видение проблем и способов их разрешения.

Задачи дисциплины

- выработать у студентов правильное общее и целостное представление о философии, о ее предназначении, функциях и предмете, о философских категориях, о содержании и структуре философского знания, о его становлении и этапах развития, об основных школах и направлениях;
- воспитать умения и навыки использования философских знаний для осмысления социальных явлений и процессов современного общества мировой и отечественной культуры, применение этих знаний в своей профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- содействовать повышению уровня общей культуры студентов, развитию их интеллекта, формированию активной гражданской позиции по отношению к наиболее важным и актуальным проблемам современной общественной жизни, убежденности в значимости и возможности реализации гуманистических идеалов, необходимости всестороннего и гармоничного развития своей личности, самосовершенствования, самореализации.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Философия» относится к базовой части гуманитарного, социального и экономического блока (Б1) и является обязательной для изучения.

Для освоения данной дисциплины обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, полученные в процессе изучения таких дисциплин как: «История», «Культурология». Дисциплина «Философия» также обеспечивает логическую взаимосвязь между общеобразовательными дисциплинами: «Социология», «Экономика» и другими профессиональными дисциплинами.

Курс философии, ее функции как основной мировоззренческой дисциплины имеет важное значение в связи с интенсивным и нередко противоречивым развитием физической культуры и спорта, все большим влиянием, которое оказывается на различные стороны человеческой жизни, необходимостью повышения гуманистической роли и культурной значимости. Особенность дисциплины состоит в приобщении студента к богатейшему наследию общечеловеческой культуры, в формировании личности студента, его интеллектуальной культуры, свободомыслия, способности самостоятельно оценивать окружающее и принимать решения.

Образовательный процесс происходит в учебных аудиториях. Помещения укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами для представления учебной информации студентам. Используются наборы

демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающих показ тематических иллюстраций во время проведения лекционных занятий.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-1, ОК-2, ОК-4, ОК-6, ОК-12, ОК-13.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- научные, философские, религиозные картины мира, сущность, назначение и смысл человеческой жизни;
- взаимоотношение духовного и телесного, биологического и социального начал в человеке, его отношение к природе и обществу;
- условия формирования личности, её свободы, ответственности за сохранение жизни, природы, культуры;
- духовные ценности, их значение в творчестве и повседневной жизни;
- роль науки в развитии цивилизации, ценности научной рациональности, структуру, формы и методы научного познания.

уметь:

- самостоятельно анализировать социально-политическую, философскую, научную литературу;
- выражать и обосновывать свою позицию по основным философским вопросам;
- вести диалог как способ отношения к культуре и обществу.

владеть:

- культурой мышления, целостной системой научных знаний об окружающем мире;
- методами социального взаимодействия на основе существующих социальных стандартов, необходимыми теоретическими знаниями для разработки и реализации культурно-просветительских программ в профессиональной деятельности;
- основной культурологической и политической терминологией, методами прикладных исследований в профессиональной деятельности;
- коммуникативными навыками, способами установления контактов и поддержания взаимодействия, обеспечивающими успешную работу в коллективе.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «ФИЛОСОФИЯ» содержит разделы:

Раздел 1. Предназначение и смысл философии её место и роль в общей системе мировоззрения.

Раздел 2. Исторические типы философии, этапы ее истории.

Раздел 3. Онтологические основы философского миропонимания.

Раздел 4. Философское учение о познании (гносеология).

Раздел 5. Философское учение о человеке и его деятельности (философская антропология).

Раздел 6. Философское учение об обществе.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Философия и наука.
2. Значение философии для специалистов в области физической культуры и спорта.
3. Разнообразие философских учений, систем.
4. Проблема генезиса философии.
5. Школа санхья. Буддизм. Конфуцианство.
6. Скептицизм. Неоплатонизм.
7. Номинализм и реализм: спор о природе общих понятий («универсалий»).
8. Философские идеи поздней схоластики. Д. Скот, У. Оккам.
9. Раннее итальянское Возрождение. Высокое Возрождение.

10. Философские взгляды Н. Кузанского; пантеизм и диалектика.
11. Позднее Возрождение.
12. Гелиоцентризм и учение о бесконечности Вселенной. Дж. Бруно, учение о природе.
13. Учение о единой материальной субстанции (Т. Гоббс).
14. Монизм Б. Спинозы. Учение о субстанции, ее атрибутах и модусах, о свободе как осознанной необходимости.
15. Теория познания Д. Локка, учение о первичных и вторичных качествах.
16. Субъективный идеализм Д. Беркли.
17. Скептицизм Д.Юма.
18. Основные направления философии французского Просвещения XVIII в.: Вольтер, Монтескье, Руссо, Д. Дидро, П. Гельвеций, П. Гольбах.
19. «Наукоучение» И.Г.Фихте.
20. Натурфилософия Ф. В. И. Шеллинга.
21. Марксизм в России. Современная оценка марксизма.
22. Иррационализм и волюнтаризм философии А.Шопенгауэра, ее влияние на философию жизни.
23. Ф. Ницше: учение о воле к власти, сверхчеловеке, переоценке ценностей. Психоанализ З. Фрейда и неофрейдизм.
24. Аналитическая психология К. Г.Юнга .
25. Э. Фромм: социальное бессознательное.
26. Философия всеединства В. Соловьева.
27. Религиозный экзистенциализм Н. Бердяева: разработка проблемы свободы и творчества.
28. Русский космизм. Н.Ф.Федоров, К.Э.Циолковский, В.И. Вернадский, А.Л.Чижевский.
29. Нравственно-правовые проблемы в трудах русских философов (И. Ильина, П.Сорокина, Н.Я.Данилевского).
30. Вклад русской мысли в мировую философскую культуру.
31. Философское понимание материи.
32. Изменение представлений о материи в процессе развития науки и философии. Современная наука о строении материи.
33. Понятие субстанции в истории философии. Плюрализм, дуализм, идеалистический и материалистический монизм.
34. Устойчивость и изменчивость, прерывность и непрерывность как характеристики движения.
35. Основные формы движения, их соотношение, качественная специфика и взаимосвязь.
36. Системность и самоорганизация как свойства бытия. Понятие системы.
37. Развитие диалектического взгляда на мир: Гераклит, Гегель, Маркс.
38. Материалистическая диалектика, ее принципы, законы, категории. Методологическое значение законов диалектики для познавательной и практической деятельности в области физической культуры и спорта.
39. Проблема познаваемости мира. Гносеологический оптимизм и агностицизм. Субъект и объект познания.
40. Основные виды и уровни познания.
41. Односторонность сенсуализма и рационализма.
42. Специфика научного познания, его отличия от ненаучного познания.
43. Эмпирический и теоретический уровни научного познания, их различия по объекту и видам знания, по методам исследования.
44. Понятие метода. Методология как учение о методах. Классификация методов: частнонаучные, общенаучные и всеобщие.
45. Проблема происхождения человека.
46. Биологизаторские и социологизаторские концепции сущности человека. Общественное (социальное) бытие человека.
47. Человек как личность. Проблемы свободы человека в обществе.

Примерная тематика рефератов

1. Философия в современной культуре.
2. Философия перед лицом мировых проблем.
3. Философия на рубеже тысячелетий.
4. Современное понимание проблемы основного вопроса философии.
5. Мыслители прошлого (Аристотель, Декарт) о философии как любви к мудрости.
6. Знание и мудрость в современном мире.
7. В.С. Соловьев о философии теоретической (школьной) и философии жизненной.
8. Философия и религия.
9. Философия и наука.
10. Философское содержание буддизма.
11. Философия древней Индии.
12. Античная натурфилософия, ее мировоззренческое значение.
13. Школа мудрости Пифагора.
14. Личность и лицо Сократа.
15. Линия Платона и линия Аристотеля в философии («Платон мне друг, но истина дороже»).
16. Основные принципы средневековой философии.
17. Августин – основная фигура патристики.
18. Фома Аквинский – «князь» философии: зрелая схоластика.
19. Гуманизм и пантеизм философии Возрождения.
20. Реформация и европейская философия.
21. Социально-философская проблематика в теории общественного договора (философия Просвещения).
22. Основные черты философии немецкого классического идеализма (от Канта до Гегеля).
23. И. Кант как историческая личность.
24. Г. Гегель как историческая личность.
25. Философские идеи К. Маркса, Ф. Энгельса.
26. Западный марксизм.
27. Формирование и основные периоды развития русской философской мысли.
28. Русская религиозная философия и ее основные направления.
29. С. Кьеркегор – родоначальник экзистенциализма: жизнь и идеи.
30. Художественная литература и экзистенциализм.
31. Карл Юнг: психология и художественное творчество.
32. Онтология: основные проблемы, понятия.
33. Картины мира.
34. Современные научные представления о нашей Вселенной.
35. Виртуальная реальность как особая форма бытия.
36. Типы философского объяснения единства мира («модели единства мира»).
37. Многообразие пространственно-временных уровней бытия.
38. Исследование пространства физической культуры и спорта.
39. Проблемы духовного: мозг, психика, интеллект.
40. Сознательное и бессознательное.
41. Стала ли теория психоанализа основой западной культуры?
42. Самосознание.
43. Диалектика и метафизика.
44. Диалектика как метод развития способности мышления: диалектика и образование.
45. Диалектика количественно-качественных изменений.
46. Идея развития, ее исторические изменения.
47. Понятие и основные концепции истины.
48. Псевдонаучное знание в современной культуре.
49. Философия и развитие науки.
50. Онтология и антропология.

51. Философская антропология М. Шелера.
52. Природа человека: происхождение, соотношение биологического и социального.
53. Предмет и метод социальной философии.

Перечень вопросов к экзамену

1. Мировоззрение: сущность и структура, исторические типы.
2. Философия в структуре мировоззрения: предмет, функции, структура.
3. Разнообразие философских систем, учений, школы, направления.
4. Философия и наука.
5. Философия и религия.
6. Зарождение философской мысли. Философия Древнего Востока (Индия, Китай).
7. Общая характеристика и основные черты, этапы развития античной философии.
8. Античная натурфилософия. Космология, онтология античности.
9. Классика античной философии: Сократ, Платон, Аристотель.
10. Средневековая философия, ее специфика. Патристика, схоластика. Фома Аквинский.
11. Философия Возрождения. Идеи гуманизма, пантеизма.
12. Научная революция и философия XVII века.
13. Проблемы человека, общества, государства в философии Просвещения.
14. Общая характеристика немецкой классической философии, ее значение, основные представители.
15. Проблемы познания, морали в философии И.Канта.
16. Абсолютный идеализм Гегеля, его диалектика.
17. Антропология Л.Фейербаха.
18. Марксистская философия: основные идеи и эволюция.
19. Становление и развитие русской философии как составной части русской культуры, общественной, религиозной мысли (XI-XVIII в.в.)
20. Русская философия XIX-XX в.в. Проблемы России, ее судьбы в общественно-философской мысли.
21. Общие черты и особенности западной философии в XX столетии.
22. Проблемы философии и науки в позитивизме и неопозитивизме.
23. Проблемы человека, его жизни в «философии жизни», экзистенциализме, прагматизме.
24. Бытие как центральная категория онтологии. Основные формы бытия.
25. Понятие сущности и основные варианты сущностного понимания бытия.
26. Структурная организация бытия
27. Движение как фундаментальное свойство (атрибут) бытия.
28. Постановка проблемы сознания в философии.
29. Развитие как тип движения, различные философские концепции развития, его модели.
30. Диалектика – общепризнанное учение о развитии, взаимосвязях, противоречиях. Законы диалектики.
31. Философское объяснение пространства и времени.
32. Многообразие пространственно-временных уровней бытия.
33. Познание как предмет философского анализа (проблемы гносеологии).
34. Виды познания. Особенности научного познания.
35. Чувственное и рациональное познание. Проблема истины в философии.
36. Бытие человека как проблема философии (философская антропология).
37. Личность и общество. Проблемы свободы, ответственности личности.
38. Общество как предмет философского анализа (социальная философия).

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Семинарские занятия	
Раздел 1. Предназначение и смысл философии, её место и роль в общей системе					

мировоззрения					
Первый	Тема 1.1 Философия как мировоззрение, предмет, структура, функции	8	2	2	4
Раздел 2. Исторические типы философии, этапы её истории					
Первый	Тема 2.1 Философия Древнего мира, средних веков	10	2	4	4
Первый	Тема 2.2 Классическая европейская философия (XVII-XIX вв.)	10	2	4	4
Первый	Тема 2.3 Марксистская философия, её эволюция	8	2	2	4
Первый	Тема 2.4 Западная философия в XX веке	8	2	2	4
Первый	Тема 2.5 Русская философия	8	2	2	4
Раздел 3. Онтологические основы философского миропонимания					
Первый	Тема 3.1 Бытие, материя как категории онтологии.	8	2	2	4
	Тема 3.2 Движение, пространство, время – фундаментальные свойства бытия	6	2	-	4
Первый	Тема 3.3 Сознание.	4	2	-	2
Первый	Тема 3.4 Проблемы развития в философии.	12	2	4	6
Раздел 4. Философское учение о познании					
Первый	Тема 4.1 Проблемы познания в философии	8	2	2	4
Первый	Тема 4.2 Особенности научного познания	8	2	2	4
Раздел 5. философское учение о человеке и его деятельности (философская антропология)					
Первый	Тема 5.1 Проблемы бытия человека в философии	6	2	-	4
Раздел 6. Философское учение об обществе (социальная философия и философия истории)					
Первый	Тема 6.1 Общество как предмет философского анализа.	4	2	-	2

	Итого	108	28	26	54

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Учебный процесс по дисциплине «Философия» предусматривает как различные формы текущего контроля за изучением студентами дисциплины «Философия» (опрос на семинарах, письменные работы, тестирование и др.), так и итоговую аттестацию в форме экзамена. Экзамен проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты. В учебно-методическом комплексе представлены соответствующие материалы для проведения разных форм контроля.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Основы философии : учебник / ред. А.Н. Ерыгин. - 3-е изд. - М.; Ростов н/Д : Дашков и К; Академцентр, 2010. - 448 с.
2. Губин В.Д. Основы философии : учеб. пособие / В.Д. Губин. - 3-е изд. - М. : ФОРУМ, 2011. - 288 с.
3. Ильин В.В. Философия : курс лекций / В.В. Ильин, С.А. Лебедев. - М. : ЭКСМО, 2011. - 336 с.
4. Лавриненко В.Н. Философия. – М.: ЮРАЙТ, 2012. – 300с.
5. Марков Б.В. Философия: для бакалавров и специалистов : учебник для вузов / Б.В. Марков. - СПб. : ПИТЕР, 2011. - 432 с.
6. Сычев , А. А. Основы философии : учеб. пособие / А.А. Сычев. - 2-е изд., испр. - М. : Альфа-М; ИНФРА-М, 2012. - 368 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Ильин В.В. Философия в схемах и комментариях : учеб. пособие / В.В. Ильин, А.В. Машенцев. - СПб. : ПИТЕР, 2010. - 304 с.
2. Ильин, В.В. Философия: экзаменационные ответы для студентов вузов : учеб. пособие / В.В. Ильин, А.С. Кармин, В.П. Огородников. - СПб. : ПИТЕР, 2010. - 256 с.
3. Губин , В. Д. Основы философии : учеб. пособие / В.Д. Губин. - 3-е изд. - М. : ФОРУМ, 2011. - 288 с.
4. Подольская Е.А. Философия: кредитно-модульный курс / Е.А. Подольская. - М.; Ростов н/Д : Дашков и К; Наука-Спектр, 2010. - 384 с. Моисеева Н.А. Философия: краткий курс : учеб. пособие / Н.А. Моисеева, В.И. Сорокикова. - 2-е изд., доп. - СПб. : ПИТЕР, 2010. - 320 с.

3.3. Рабочая программа учебной дисциплины «Иностранный язык» основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» по профилю подготовки – адаптивное физическое воспитание

квалификация (степень) выпускника –

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Ершова Наталья Генриховна, д.п.н., профессор

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины. Общая цель овладения иностранным языком в курсе бакалавриата заключается в формировании зрелой гражданской личности, обладающей системой ценностей, взглядов, представлений и установок, отражающих общие концепты российской культуры, и отвечающей вызовам современного общества в условиях конкуренции на рынке труда.

В учебном процессе общая цель конкретизируется в следующих параметрах: *образовательный аспект* предполагает углубление и расширение общекультурных знаний о языках, страноведческих знаний о стране изучаемого языка, знакомство с историей страны, достижениями в различных сферах, традициями, обычаями, ценностными ориентирами представителей иноязычной культуры, а также формирование и обогащение собственной картины мира на основе реалий другой культуры; *воспитательный аспект* реализуется в ходе формирования многоязычия и поликультурности в процессе развития вторичной языковой личности и становления таких личностных качеств, как толерантность, эмпатия, открытость, осознание и признание духовных и материальных ценностей других народов и культур в соотнесенности со своей культурой; *развивающий аспект* проявляется в процессе роста интеллектуального потенциала студентов, развития их креативности, способности не только получать, но и самостоятельно добывать знания и обогащать личный опыт в ходе выполнения комплексных знаний, предполагающих групповые формы деятельности, сопоставление и сравнение разных языков и культур.

Конечная цель курса овладения иностранным языком заключается в формировании *межкультурной коммуникативной профессионально ориентированной компетенции*, которая представлена перечнем взаимосвязанных и взаимозависимых компетенций, представленных в формате умений.

Основной целью дисциплины «Иностранный язык» является *повышение исходного уровня* владения иностранным языком, достигнутого на предыдущей ступени образования, и овладение студентами необходимым и достаточным уровнем иноязычной коммуникативной компетенции для решения социально-коммуникативных задач в различных областях профессиональной, научной, культурной и бытовой сферах деятельности, при общении с зарубежными партнерами, а также для дальнейшего самообразования.

Изучение иностранного языка также призвано обеспечить развитие комплекса общекультурных и общенаучных компетенций, включая: воспитание толерантности и уважения к духовным ценностям разных стран и народов; развитие когнитивных и исследовательских умений с использованием ресурсов на иностранном языке; развитие информационной культуры; расширение кругозора и повышение общей гуманитарной культуры студентов; повышение уровня учебной автономии, способности к самообразованию.

2. Задачи дисциплины состоят в последовательном овладении студентами *совокупностью компетенций*, основными из которых являются: **коммуникативная компетенция**, включающая *лингвистическую* компетенцию, т.е. способность адекватно воспринимать и корректно использовать единицы речи на основе знаний о фонологических, грамматических, лексических, стилистических особенностях изучаемого языка (в сравнении с родным языком); *социолингвистическую* компетенцию, т.е. способность адекватно использовать реалии, фоновые знания, ситуативно обусловленные формы общения; *социокультурную* компетенцию, т.е. способность учитывать в общении речевые и поведенческие модели, принятые в соответствующей культуре; *социальную компетенцию*, т.е. способность взаимодействовать с партнерами по общению, вступать в контакт и поддерживать его, владея необходимыми стратегиями; *дискурсивную компетенцию*, т.е. способность осуществлять коммуникацию с учетом инокультурного контекста; **межкультурная компетенция**, т.е. способность достичь взаимопонимания в межкультурных контактах, используя весь арсенал умений для реализации коммуникативного намерения; **компенсаторная компетенция**, т.е. способность избежать недопонимания, преодолеть коммуникативный барьер/сбой за счет использования известных речевых и метаязыковых средств; **профессиональная компетенция**, т.е. способность осуществлять деловое и официальное общение в профессиональной среде в стране и за рубежом; **общая компетенция**, включающая наряду со знаниями о стране и мире, об особенностях языковой системы также и способность расширять и совершенствовать собственную картину мира, ориентироваться в медийных источниках информации. В реальном учебном процессе они, в основном, интегрированы в решение конкретных профессионально-коммуникативных задач, нацеленных на достижение соответствующего коммуникативного эффекта.

Перечисленные компетенции раскрывают спектр задач, которые решаются в рамках компетентностного подхода и, в значительной мере, детерминируют расстановку акцентов в курсе овладения иностранным языком, как в содержательном, так и в технологическом плане.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Иностранный язык» относится к базовой части гуманитарного, социального и экономического цикла и преподается на 1 курсе в размере 216 академических часов, из которых 108 часов отводится на аудиторную работу и 108 – на самостоятельную. Формой итогового контроля является экзамен, который сдаётся во 2 семестре.

Специальные требования к исходным знаниям, умениям студента не предусматриваются, однако проводится входное тестирование для определения исходного уровня коммуникативной компетенции студентов.

Интегрированным результатом изучения курса иностранного языка должно стать достижение студентом коммуникативной компетенции, которая рассматривается не как сумма знаний, умений и навыков, а как совокупность личностных качеств студентов (ценностно-смысловых ориентаций, знаний, умений, навыков и способностей), а определяется, как способность решать проблемы и самостоятельно находить ответы на вопросы, возникающие в процессе профессионального, учебного, социально-культурного и бытового общения на иностранном языке.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-4 – способен логически верно строить устную и письменную речь – понимается способность к незатрудненному и целесообразному использованию языка для общения людей друг с другом; способность говорения и понимания, выступающих предпосылками профессионально-педагогической деятельности.

ОК-17 - владеет одним из иностранных языков на уровне не ниже разговорного - понимается способность выпускника практически владеть разговорно-бытовой речью и языком специальности для активного применения иностранного языка, как в повседневном, так и профессиональном общении.

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать: базовые правила грамматики (на уровне морфологии и синтаксиса); базовые нормы употребления лексики и фонетики; требования к речевому и языковому оформлению устных и письменных высказываний с учетом специфики иноязычной культуры; основные способы работы над языковым и речевым материалом; основные ресурсы, с помощью которых можно эффективно восполнить имеющиеся пробелы в языковом образовании (типы словарей, справочников, компьютерных программ, информационных сайтов сети Интернет, текстовых редакторов и т.д.).

уметь: в области аудирования: воспринимать на слух и понимать основное содержание несложных аутентичных общественно-политических, публицистических (медийных) и прагматических текстов, относящихся к различным типам речи, а также выделять в них значимую/запрашиваемую информацию; **в области чтения:** понимать основное содержание несложных аутентичных общественно-политических, публицистических (медийных) и прагматических текстов (информационных буклетов, брошюр/проспектов), научно-популярных и научных текстов, блогов, вебсайтов; выделять запрашиваемую информацию из прагматических текстов справочно-информационного рекламного характера; **в области говорения:** начинать, вести/продолжать и заканчивать диалог-расспрос об увиденном, прочитанном и диалог-интервью/собеседование при приеме на работу, соблюдая нормы речевого этикета, при необходимости используя стратегии восстановления сбоя в процессе коммуникации (переспрос, перефразирование и др.), расспрашивать собеседника, задавать вопросы и отвечать на них, высказывать своё мнение, просьбу, **в области письма:** заводить формуляры и бланки прагматического характера, поддерживать контакты при помощи электронной почты, оформлять Curriculum Vitae Resume и сопроводительное письмо, необходимое при приеме на работу, выполнять письменные проектные задания (письменное оформление презентаций, информационных буклетов, рекламных листовок, коллажей, постеров).

владеть: стратегиями восприятия, анализа, создания устных и письменных текстов разных типов и жанров; компенсаторными умениями, помогающими преодолеть «сбой» в коммуникации, вызванные объективными и субъективными, социокультурными причинами; стратегиями проведения сопоставительного анализа факторов культуры различных стран; приемами самостоятельной работы с языковым материалом (лексикой, грамматикой, фонетикой) с использованием справочной и учебной литературы.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебного процесса:

- для проведения занятий используется специально оборудованная аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской (для демонстрации учебных видеороликов, таких как Vision + Imagination. Track. Analyze. Discover. We. Will. Move. Film: Европа. Sport Nutrition (Putting cutting edge science into practice) University of Birmingham (scientist conference)
- лингафонный компьютерный класс для формирования навыков аудирования и говорения((Аудиокурсы: Английский язык для студентов. mp 3. Английский язык экспресс-курс. - mp 3. Bridge to English (лингафонный курс английского языка).
- для проведения контроля используются компьютерный вариант «TESTOR», система «Интернет-тренажер», которые дают возможность не только оценить уровень подготовленности по той или иной лексико-грамматической теме, но и провести анализ ошибок;
- для развития навыков чтения и перевода используются различные бумажные и электронные носители с аутентичными текстами, словари, информационные системы, электронные источники, электронно-библиотечные системы:

1. ЭБС IQ lib – www.iqlib.ru

2. ЭБС издательства «Лань» - <http://e.lanbook.com/>

3. Электронная библиотека МГАФК – www.lib.mgafk.ru

4. Электронная библиотека Университета им. П.Ф. Лесгафта - <http://lib.lesgaft.spb.ru/MarcWeb2/Default.asp>

5. Система «Отраслевая библиотека по физической культуре и спорту» - www.lib.sportedu.ru

6. <http://deu.1september.ru/>

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Тематика и содержание

№ п/п	Тематика курса	Содержание и учебный материал	Всего часов	Ауд. зан.	Сам. работа
1	Введение в предмет. Цели. Задачи бучения в высшей школе. Вводно-фонетический курс. Диагностическое тестирование	Б. с.5-20, 25-30, А. с. 4-19 Лексико-грамматический тест РК Проверка навыков обученности.	4	4	-
2	Бытовая сфера общения. Всё о себе. Моя семья. Семейные традиции. Дом. Досуг и развлечения. Покупки. Грамматика. Структура предложения. Существительное. Местоимения. Конструкция there +be. Артикль.	Б. Е.А. с. 22-23, 37-44, 46-55, 55 – 58. стр. 36, упр. 3, стр. 53, упр. 4. А. И.П. стр.38-55, 66-84, 177-192, 241-260, РК Обучение изучающему и ознакомительному чтению. Развитие навыков говорения, умения вести беседу	28	14	14
3	Учебно-познавательная сфера общения. Я и моё образование. Высшее образование в России и за рубежом. Мой вуз. Студенческая жизнь. Студенческие международные контакты: научные, профессиональные, культурные. Грамматика. Вопросительные предложения. Безличные и неопределенно-личные предложения. Работа со словарем. Грамматические признаки частей речи.	А. И.П. стр. 87-102. 145-150. Баженова Е.А. стр. 124-126. РК Поисковое чтение: анализ информационных источников на английском языке. Обучение просмотровому чтению. Обучение говорению, развитие монологической речи. Выполнение лексико-грамматических упражнений для формирования грамматических навыков.	32	16	16
4.	Социально-культурная сфера общения. Я и моя страна. Язык как сфера межкультурного	А. И.П. с.109-123, 124-132, 133-145, 153-162, 273-295. Б. Е.А. с. 85-87, 91, 96, 235, 246, 260-262.	32	16	16

	общения. Образ жизни современного человека в России. Общее и различное в странах и национальных культурах. Здоровье. Здоровый образ жизни. Грамматика. Глагол. Система времен англ. глагола в действительном залоге.	Глембоцкая Я.И. РК Обучение изучающему, просмотровому и ознакомительному чтению. Обучение говорению, развитие монологической речи. Выполнение лексико-грамматических упражнений для формирования грамматических навыков.			
5.	Профессиональная сфера общения. Моя будущая профессия. Избранное направление профессиональной деятельности. История и современное состояние. Перспективы развития изучаемой науки. Грамматика. Модальные глаголы и их эквиваленты.	Баженова Е.А. стр. 256-257, 265, 291-296, 306-307, 308-309. Тимонова В.М. (2) стр. 5-38 – Поисковое чтение: анализ информационных источников на английском языке (реферирование, аннотирование).	32	16	16
6	Олимпийские игры – проблемы олимпийского движения и образования. Известные спортсмены. Известные спортсмены – наши земляки. Паралимпийское движение. Грамматика. Инфинитив. Герундий. Причастие.	Баженова Е.А. с. 192-193, 276-284. Тимонова В.М. (1) с. 155-169, 172-186, 187-202, 104. Глембоцкая Я.И. , РК. Обучение изучающему, просмотровому и ознакомительному чтению.	32	16	16
7	Спорт в современном обществе. Медицинское обслуживание в спорте. Проблемы допинга. Инфинитивный оборот «сложное дополнение». Условные предложения. Сослагательное наклонение.	Тимонова В.М. (1) с.205-220. 223-238. Баженова Е.А. стр. 289-310. РК Обсуждение проблем допинга в спорте. Развитие навыков поискового чтения.	32	16	16
8	Лексико-грамматическое тестирование.	РК. Компьютерное тестирование-индивидуальный контроль усвоения лексического и грамматического материала.	14	6	8
9	Внеаудиторное чтение	Круглый стол (презентации, доклады)	10	4	6
	Итого		216	108	108

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Grammar exercises (Приложение 2) Голицынский Ю. Грамматика: сборник упражнений. – СПб: Каро, 2010. – 538с. (Упражнения по грамматическим темам).
2. Texts for additional reading (Приложение 3)
3. Tests (Приложение 4)

Формы и виды контроля самостоятельной работы студентов

1. Словарный диктант.
2. Микрозачет по устным темам.
3. Письменная контрольная работа.
4. Компьютерное тестирование грамматики, лексики, страноведения, чтения.
5. Письменный или устный перевод учебно-программного текста.
6. Контроль внеаудиторного чтения.
7. Контрольное реферирование и аннотирование учебно-программного текста.
8. работа в системе Интернет-тренажер с последующим анализом ошибок.
9. Написание рефератов по различным темам с последующей презентацией. (Время презентации не более 5 мин.)
10. Проведение «Круглых столов».
11. Составление кроссвордов по различным темам.
12. Использование различных игр – упражнений (The Four Corners, Text Generator, Running Dictation, etc.).
13. Составление портфолио.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоят. раб.
			Лекции	Практ. занятия	
Первый	Тема 1. Введение в предмет. Цели. Задачи обучения в высшей школе. Вводно-фонетический курс. Диагностическое тестирование	4		4	
Первый	Тема 2. Бытовая сфера общения.	28		14	14
Первый	Тема 3. Учебно-познавательная сфера общения	32		16	16
Первый	Тема 4. Социально-культурная сфера общения.	32		16	16
Первый	Тема 5. Профессиональная сфера общения.	32		16	16
Первый	Тема 6. Олимпийские игры – проблемы олимпийского движения и образования.	32		16	16
Первый	Тема 7. Спорт в современном обществе. Проблемы допинга.	32		16	16
Первый	Тема 8. Лексико-грамматическое тестирование.	14		6	8
Первый	Тема 9. Внеаудиторное чтение.	10		4	6
	Итого:	216		108	108

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Итоговый контроль осуществляется в виде экзамена. Экзамен проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты, а также предполагает демонстрацию ряда необходимых умений и навыков.

Содержание экзамена:

1. Письменный перевод со словарем иноязычного текста по специальности объемом 1000 печ.знаков. Время выполнения – 60 минут. (Проводится на последнем занятии).
2. Чтение, пересказ (или ответы на вопросы) иноязычного текста общепрофессиональной или гуманитарной направленности (2000 знаков).
3. Реферирование на русском языке иностранного текста по специальности или по страноведению.
4. Беседа по одной из пройденных разговорных тем или разговорная ситуация (выбор по билетам).

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Агабекян И.П. Английский язык для бакалавров – A Course of English for Bachelor's Degree Students. Intermediate Level. / И.П. Агабекян – Ростов/нД: Феникс, 2011. – 379 с.
2. Ершова Н.Г., Антонова Т.А. Английский язык. Учебно-методическое пособие. Великие Луки, 2010. - 50 с.
3. Английский язык: учебное пособие для студентов вузов физической культуры /МГАФК; сост. Н. А. Шнайдер, Е. В. Пахомова, Х. Р. Гулюгина, С. П. Канарский. - Малаховка, 2013. - 139 с. - Библиогр.: с. 138. [Электронный ресурс]. Режим доступа: www.lib.mgafk.ru.
4. М.А. Закаталова, Л.Е. Сергеева Sports Games. [Электронный ресурс]. учебное пособие / М.А. Закаталова, Л.Е. Сергеева; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, С-Петербург, СПб.: [б.и.], 2013. – 190с. Режим доступа: <http://lib.lesgaft.spb.ru/MarcWeb2/Default.asp>
- 5.Англо-русский словарь спортивных терминов/ сост. М.А. Котова. – М.: Сов.спорт, 2012. – 232с.
6. Разработки кафедры.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Выборова Г.Е., К.С. Махмуриян, Мельчина О.П. Advanced English. Учебник Английского языка для гуманитарных факультетов вузов, факультетов переподготовки и факультетов повышения квалификации учителей иностранного языка. – 112-е изд. – М.: Флинта: Наука, 2012. – 240 с.
2. Гивенталь И.А Как это сказать по-английски: учеб.пособие / И.А. Гивенталь. – 12-е изд.,испр. – М.: Флинта: Наука, 2012. – 344 с.
3. Глембоцкая Я.И. Sport in English-speakingWorld: Спорт в англоговорящих странах: Учеб.-метод.пособие / Я.И. Глембоцкая; МГАФК. – Малаховка, 2009. – 101 с.
4. Голицынский Ю. Грамматика: сборник упражнений. – СПб: Каро, 2010. – 538с.
5. Ковалева, Л.Я. Adapted Physical Education: учеб. Пособие / Л.Я. Ковалева ; Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб. : [Б.и.]? 2013. – 51 с. Режим доступа: <http://lib.lesgaft.spb.ru/MarcWeb2/Default.asp>

3. Электронные ресурсы

1. www.wikipedia.de
2. www.dwelle.de
3. www.reise-know-how.de
4. www.huber.de
5. www.Olympic.org/UK/games
6. www.saltlake2002.com

7. www.torino2006.com
8. www.OlympicGames2006.com
9. Physical Education and Sport Pedagogy – www.informaworld.com/pesp
10. Sport, Education and Society – www.informaworld.com/alerting;
11. Journal of Adventure Education and Outdoor Learning Call for Papers – barbara.humberstone@btinternet.com
12. www.outdoor-learning.org
13. Research Yearbook Studies in Physical Education and Sport, Volume 12, Number 1, 2006 – 60. 60. www.medsport.pl and www.awf.gda.pl
14. Research Yearbook Studies in Physical Education and Sport, Volume 13, Number 1, 2007 - www.medsport.pl and www.awf.gda.pl
15. Research Yearbook Studies in Physical Education and Sport, Volume 13, Number 2, 2007 - www.medsport.pl and www.awf.gda.pl
16. [http://www.sil.org/linguistics/Glossary Of Linguistic Terms/](http://www.sil.org/linguistics/Glossary%20Of%20Linguistic%20Terms/) глоссарий, содержащий более 950 лингвистических терминов с перекрёстными ссылками и списком источников (SIL International). Ред. E.E. Loos, S. Anderson, D.H. Day Jr., P.C. Jordan, J.D. Wingate
17. http://www.using_english.com/glossary.html – словарь по практической грамматике английского языка
18. http://dir.yahoo.com/Social_Science/linguistics_and_human_languages/ - ресурсы сети в области лингвистики и изучения языков
19. <http://www.Uni-klassel.de/fb8/misc/lfb/html/text/0.html> -курс лингвистики для начинающих на английском языке
20. <http://www.cal.org/ericccl/digest/ca100001-> дайджест общих вопросов лингвистики(ERIC/CLL)
21. <http://www ldc.upenn.edu/> - Linguistic Data Consortium -лингвистический сайт университета Пенсильвании
22. <http://orlapubs.org/ORLAPUBS-L/L81.html> - электронные учебники по отдельным вопросам лингвистики и грамматики
23. <http://www.sciencedirect.com/science/referenceworks/0080430767> - международная энциклопедия по социальным наукам (International Encyclopedia of the Social and Behavioral Sciences)
24. [http:// Sochi 2014](http://Sochi2014)

3.4. Рабочая программа учебной дисциплины «Культурология» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Гулин Андрей Александрович, ст.преподаватель

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основной целью изучения дисциплины является формирование целостного представления о культуре. Также целями изучения дисциплины является: формирование у студентов теоретических представлений о понятии, закономерностях становления, функционирования и развития культуры, способности правильно анализировать и точно оценивать сложные процессы социальной действительности, выработки навыков уверенного ориентирования в системе жизненных ценностей и практических умений сбора, обработки и обобщения культурной информации в профессиональной деятельности. Дисциплина призвана способствовать развитию навыков использования культурологических знаний в различных видах деятельности; приобретению историко-культурного опыта. Изучение системы представлений об особенностях развития культуры в России во временной ретроспективе будет способствовать формированию общекультурной системы взглядов бакалавров.

Задачи дисциплины

- изучение специфики культурологии как относительно новой социальной науки,
- рассмотрение взгляды на сущность культуры и ее роль в обществе;
- формирование представлений о социокультурной динамике, об исторической типологии культур и специфике отдельных культурных эпох;
- формирование представления о формах существования культуры в современном мире, о ее роли в жизни человека XXI века;
- обеспечение развития навыков самостоятельного анализа культурных явлений.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Культурология» относится к базовой части гуманитарного, социального и экономического цикла (Б1).

Для освоения данной дисциплины студенты используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, которые они получили в процессе изучения дисциплины «История». В то же время, дисциплина «Культурология» подготавливает базу для овладения студентами знаниями по дисциплинам: «Философия».

Особенность дисциплины состоит в формировании знаний и навыков, определяющих культуру, развитие гражданских качеств личности. Дисциплина призвана способствовать развитию навыков использования знаний о культуре в различных видах деятельности; приобретению историко-культурного опыта.

Образовательный процесс происходит в учебных аудиториях. Помещения укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами для представления учебной информации студентам. Используются подготовленные учебно-методические пособия в виде презентаций MS Power Point, обеспечивающих показ тематических иллюстраций во время проведения лекционных занятий и занятий, проводимых в интерактивных формах.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-1, ОК – 4, ОК-9, ОК-10. В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- содержание основных категорий и понятий теории культуры, ее структуру и функции;
- фундаментальные концепции культурологического знания;

- культурные традиции и социальные особенности общества в различные исторические эпохи и различных географических регионах,
- мифологическую, религиозную и научную картину мира, смысл жизни человека, особенности духовных и материальных ценностей и их роль в жизнедеятельности человека и общества;
- взаимосвязь физической, социальной и духовной сторон личности,
- основные пути и направления самосовершенствования личности и повышения квалификации,
- место и роль культуры в будущей профессиональной деятельности;

уметь:

- оценивать достижения культуры различных народов мира на основе знания исторического контекста,
- выявлять историко-культурные традиции, социокультурные отличия и особенности в ситуациях профессиональной деятельности,
- общаться, вести гармонический диалог и добиваться успеха в процессе коммуникации,
- самостоятельно анализировать мировоззренческие и социальные проблемы и процессы, изучая научную литературу и осуществляя поиск информации через библиотечные фонды, компьютерные системы информационного обеспечения, периодическую печать, Интернет,
- предупреждать и регулировать конфликтные ситуации в межкультурных взаимодействиях, организовывать творческое сотрудничество представителей разных культур;

овладеть:

- навыками культурной восприимчивости, способности к правильной интерпретации конкретных проявлений коммуникативного поведения в различных культурах,
- основами межкультурных отношений в менеджменте, способностью эффективно выполнять свои функции в межкультурной среде,
- навыками бесконфликтной работы и толерантного поведения, умением использовать социально значимые факторы как ограничения при принятии управленческих решений.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Раздел I. Теория культуры.

Раздел II. Морфология культуры

Раздел III. Социальное функционирование культуры.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. В чем специфика науки культурологии в отличие от других гуманитарных и социальных наук?
2. Основные подходы к понятию культуры.
3. В чем состоит системность культуры?
4. Каковы основные функции культуры?
5. Культура и цивилизация: соотношение понятий.
6. Традиции и новации в освоении культуры.
7. Основные принципы классификации культур.
8. Проблема возрождения культуры.
9. В чем проявляются позитивные и негативные последствия технологических революций?
10. В чем заключались идеи Х. Ортега – и – Гассет?
11. Что такое экологическая культура и какие проблемы современности она призвана решать?
12. Что понимают под парадигмальными смыслами культуры?

13. В чем проявляется взаимодействие различных видов искусства?
14. Что понимают под «культурными универсалиями»?
15. В чем проявляется полифункциональность культуры?
16. Как влияет религиозное сознание на другие формы жизни общества?
17. Что такое этнос?
18. Что такое ассимиляция и диссимиляция?
19. Какие национально – этнические стереотипы и предрассудки известны?
20. Что такое культурная диаспора?

Примерная тематика рефератов

1. Возникновение понятий о культуре.
2. Культура как способ существования человека.
3. Культура и цивилизация.
4. Типология культур.
5. Массовая и элитарная культура.
6. Н. Я. Данилевский о принципах культурно – исторической типологии.
7. Культура и цивилизация в работах О. Шпенглера.
8. Теория локальных цивилизаций А. Тойнби.
9. Теория волнообразной социокультурной динамики П. Сорокина.
10. Ю. Лотман о семиотике культуры.
11. Культурные традиции в России и современность.
12. Культуры и субкультуры.
13. Особенности молодежных субкультур: битники, хиппи, моды, скинхеды, панки, готы, эмо, рэйверы, растаманы, гламур, граффити, байкеры, рокеры, байкеры, фурри, отаку, анимэ, фидо – сообщество, фанаты (фаны), гопники, паркур (по выбору студента).
14. Проблемы политической и правовой культуры в современной России.
15. Культура и общество.
16. Культура и личность.
17. Менеджмент и мораль.
18. Формы, цели и направления государственной культурной политики.
19. Как влияет религиозное сознание на другие формы жизни общества?
20. Особенности этнической культуры русского народа.

Перечень вопросов к зачёту

1. Объект и предмет культурологии. Основные проблемы культурологии.
2. Культурология в системе наук о культуре.
3. Методология и методика исследования культур.
4. Понятие культура. Его различные трактовки.
5. Формирование конкретных наук о культуре и методов изучения культуры как общественного явления.
6. Культура как система “правил игры” и технологий социального взаимодействия.
7. Социокультурная система как единство общества и культуры.
8. Роль социальных институтов в создании и распространении культуры.
9. Морфология культуры. Понятие духовная и материальная культура.
10. Ценность как критерий различения “наук о природе” и “наук о духе”. Структура ценности.
11. Суб - и контркультура. Общая характеристика.
12. Массовая и элитарная культура. Общая характеристика.
13. Смысл антитезы “культура” и “цивилизация”. Место и роль культуры в цивилизационном процессе.
14. Знаковые системы культуры и их типология.
15. Языки различных культур как различные видения мира. Множественность культурных картин мира.
16. Понятие и функции символа в культуре.
17. Специфика и сущность культурного текста. Проблема истолкования текста.

18. Динамика культуры. Варианты изменений в состоянии культуры и движущие силы этих изменений.
19. Современные образы и модели динамических процессов культуры (неоэволюционизм, социокультурная синергетика и др.).
20. Эволюционизм как направление в культурологии. Э. Тейлор как его представитель.
21. Диффузионизм в культурологии и его представители.
22. Теории культурно-исторических типов и циклического развития культур.
23. Концепция “осевого времени” К. Ясперса.
24. Традиционные, индустриальные и постиндустриальные типы культур.
25. Запад и Восток как противоположные модели культурной идентичности. Различия в подходе к миру, к природной среде обитания, обществу, власти, личности, истине и т.д. в разных культурных системах Запада и Востока как выражение глубокой дифференциации систем ценностей.
26. Антитеза “Запад – Восток” и типологическая характеристика русской культуры.
27. Проблема культурной идентичности России в дискурсе западников, славянофилов, евразийцев.
28. Возникновение культуры и культурного человека. Орудийно-трудовая, игровая, символическая деятельность как источники культуры.
29. Сущность и функции культуры.
30. Основные функции культурологии.
31. Глобальные проблемы современности и их влияние на культуру.
32. Романтизм как направление в культуре.
33. Классицизм, общая характеристика, его представители.
34. Культура как система, формы культуры.
35. Культура, цивилизация общество: соотношение понятий.
36. Проблема типологии культуры.
37. Модернизм в культуре, общая характеристика.
38. Основные типологии культуры.
39. Культурологическая концепция О. Шпенглера.
40. Концепция локальных цивилизаций А. Тойнби.
41. Постмодернизм и его представители.
42. Российская культурология, основные этапы и его представители.
43. Барокко, его особенности и представители.
44. Советская культурология, школы и представители.
45. Теория социокультурной динамики П. Сорокина.
46. Концепции культуры З. Фрейда и К. Юнга.
47. Западноевропейские концепции игровой культуры.
48. Условия возникновения первобытной культуры.
49. Особенности первобытной культуры.
50. Мифология как форма культуры.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название тем курса	Всего часов	Лекции	Семинарские занятия	Сам. Работа.
Раздел I. Теория культуры.					
1	Культурология в системе социально-гуманитарного знания	8	2	2	4
2	Культура как предмет культурологии	4	1	1	2
3	Основные школы и концепции в культурологии.	4	1	1	2
Раздел II. Морфология культуры.					
4	Бытие культуры	4	1	1	2
5	Философские проблемы	8	2	2	4

	культуры. Природа и культура.				
6	Система культуры	4	1	1	2
7	Организационная (корпоративная) культура.	8	2	2	4
8	Наука и техника, их роль в культуре.	4	1	1	2
9	Искусство и религия как феномены культуры.	4	1	1	2
Раздел III. Социальное функционирование культуры.					
10	Политическая, правовая, нравственная культуры. Культурная политика.	8	2	2	4
11	Личность и культура.	8	2	2	4
12	Современные этнокультурные проблемы.	8	2	2	4
	Итого	72	18	18	36

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачётом. Итоговый контроль (ЗАЧЁТ) проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

- 1) Романов, Ю.И. Культурология : учеб пособие / Ю.И. Романов. - СПб. : ПИТЕР, 2009. - 208 с.
- 2) Викторов, В.В. Культурология : учебник / В.В. Викторов. - изд. испр. и доп. - М. : Вузовский учебник, 2009. - 400 с.
- 3) Кармин, А. С. Культурология. Краткий курс : учеб. пособие / А.С. Кармин. - СПб. : ПИТЕР, 2010. - 240 с.
- 4) Культурология : учеб. для вузов / Г.В. Драч, О.М. Штомпель, Л.А. Штомпель [и др.]. - СПб. : ПИТЕР, 2012. - 384 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Моисеева, Н.А. Культурология. История мировой культуры : учеб. пособие / Н.А. Моисеева. - СПб. : ПИТЕР, 2008. - 256 с.
2. Дианова, В.М. История культурологии : учеб. для бакалавров / В.М. Дианова, Ю.Н. Солонин. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Юрайт, 2012. - 461 с. - (Бакалавр)
3. Горлова, И. И. Культурология : учеб. пособие / И.И. Горлова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Дашков и К, 2012. - 304 с.

3.5. Рабочая программа учебной дисциплины «Психология и педагогика» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Авторы-разработчики: Васильева Екатерина Алексеевна, преподаватель; Ефимова Светлана Васильевна, к.п.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Психология и педагогика является интегративной дисциплиной в системе общей и профессиональной подготовки будущих бакалавров, основная цель – формирование систематизированного представления об общих основах психологии и педагогики, изучаемых ими феноменах и связях между ними. Данная дисциплина предполагает также развитие устойчивого интереса бакалавров к проблемам воспитания и развития личности, ознакомление и анализ ими современных отечественных и зарубежных теорий и концепций образования, формирование собственной профессиональной позиции.

Задачи дисциплины

Ознакомить с основными направлениями развития психологической и педагогической науки; овладеть понятийным аппаратом, описывающим познавательную, эмоционально-волевою, мотивационную и регуляторную сферы психического, проблемы личности, мышления, общения и деятельности, образования и самообразования; приобрести опыт учета индивидуально-психологических и личностных особенностей людей, стилей их познавательной и профессиональной деятельности.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Программа дисциплины «Психология и педагогика» относится к базовой части гуманитарного, социального и экономического цикла.

Для изучения дисциплины «Психология и педагогика» необходимы отдельные знания, полученные студентами в ходе изучения дисциплин: «Философия» и «Анатомия человека».

Данная дисциплина предшествуют изучению следующих дисциплин: «Психология физической культуры», «Педагогика физической культуры», «Специальная психология», «Специальная педагогика», «Психодиагностика». Освоение студентами содержания данной дисциплины способствует успешному прохождению учебной и производственной практики.

Предлагаемая программа по дисциплине «Психология и педагогика» направлена на то, чтобы сделать предметом сознательного анализа студентов структуру их личностных качеств, сложившихся на сегодняшний день, обратив особое внимание на неконструктивные стереотипы поведения, а также на поиск путей самовоспитания и направлений саморазвития.

Учебный процесс организуется на основе использования традиционных методов обучения: чтения лекций, устного и письменного изложения материала, его обсуждения, практических и контрольных работ. В качестве активных методов обучения используются элементы социально-психологического тренинга. Для изучения психологических особенностей личности применяются психодиагностические методики.

Важную роль в усвоении материала играет и самостоятельная работа студентов, которая включает в себя подготовку докладов, изучение изданий периодической печати, отражающих опыт работы современных психологов и педагогов.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-1, ОК-5, ОК-6, ОК-9.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- предмет, методы психологии и педагогики;
- основные категории психологической и педагогической науки;
- формы проявления психических явлений, основные функции психики;
- роль сознания и бессознательного в регуляции поведения человека;
- основы социальной психологии, в частности психологию малых групп.

уметь:

- логически верно и аргументированно и ясно строить устную и письменную речь;
- критически оценивать свои достоинства и недостатки, иметь пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков;
- определять пути взаимодействия в коллективе для достижения поставленной цели.

овладеть:

- понятийно-категориальным аппаратом дисциплины «Психология и педагогика»;
- культурой мышления, способностью к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения.

Материально-техническое обеспечение

Для проведения занятий и улучшения качества обучения по дисциплине «Психология и педагогика» требуется современное аудиовизуальное оборудование: ноутбук, мультимедиапроектор, интерактивная доска. Лекционные занятия проводятся в учебных аудиториях, позволяющих активно использовать технические средства обучения, указанные выше.

Для обеспечения практических занятий по разделу «Психология» необходимы:

- набор психодиагностических методик (бланки, перечень вопросов);
- компьютеризированная лицензионная программы по диагностике личностных черт – «Нейро Софт 2003. НС-Психо»;
- учебные пособия, составляющие учебно-методический комплект, и используемые студентами при подготовке аналитических и творческих работ.

Реализация учебной дисциплины «Психология и педагогика» осуществляется с использованием материально-технической базы, обеспечивающей проведение всех видов учебных занятий обучающихся, предусмотренных данным учебно-методическим комплексом.

- В лекционном курсе используются: аудитории, оборудованные мультимедийными средствами обучения.
- Для подготовки и проведения семинарских занятий используются: библиотечный фонд вуза – справочная и хрестоматийная литература (при составлении терминологического словаря); учебно-методическая литература, учебники (при составлении конспектов уроков, при подготовке к письменным работам); электронный библиотечный фонд (при подготовке к собеседованию, письменным работам). Наглядные пособия (при подготовке к докладам). Диагностический инструментарий (диагностические методики, для определения состояния того или иного объекта педагогического процесса, причин этого состояния и разработки рекомендаций о дальнейшем функционировании исследуемого объекта). Техническое обеспечение: ноутбук, проектор, настенный экран (при подготовке презентаций). Современные компьютерные программы (Power Point) (при подготовке табличных и схематических изображений на слайдах).

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Психология и педагогика» содержит разделы:

Раздел 1. Психология

Раздел 2. Педагогика

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

Для студентов первого курса (раздел «Психология»)

1. Эмпирические методы исследования: наблюдение, эксперимент, психодиагностические методы (заполнение сводной таблицы).
2. Соотношение сознания и бессознательного.
3. Отрасли психологии – анализ литературных источников на основе метода конспектирования важных положений.
4. Сочинение рассуждение «Место психологии в моей будущей профессии».
5. Подходы к оценке взаимоотношений темперамента и характера.
6. Составление опорный блок схем по вопросам лекции.
7. Составление кроссворда и глоссария по данной дисциплине.

Для студентов второго курса (раздел «Педагогика»)

1. Методы педагогики.
2. Связь педагогики с другими науками.
3. Принципы воспитания.
4. Принципы обучения.
5. Характеристика средств обучения.
6. Характеристика средств воспитания.
7. Стили педагогической деятельности.
8. «Закон Российской Федерации об образовании» (1992).
9. Составление педагогического словаря.

Примерная тематика рефератов

Для студентов первого курса (раздел «Психология»)

1. Общение, ее функции, этапы и структурные компоненты.
2. Средства общения: вербальные и невербальные средства общения.
3. Виды общения.
4. Общение как коммуникация.
5. Общение как интеракция.
6. Общение как перцепция.
7. Защитные механизмы личности.
8. Закономерности памяти.
9. Речь и язык: особенности, функции.
10. Виды речи.
11. Нарушения речи.
12. Особенности чувств и эмоций: эмоциональные переживания.
13. Эмоциональные состояния и виды чувств.
14. Виды высших чувств.
15. Самовоспитание воли.
16. Основные психологические механизмы развития малой группы.

Для студентов второго курса (раздел «Педагогика»)

1. «Современные тенденции развития образовательной системы России», «Болонский процесс».
2. «Семья как социокультурная среда развития и формирования личности».

Перечень вопросов к зачёту

Для студентов первого курса (раздел «Психология»)

1. История развития психологии.
2. Предмет, задачи и принципы психологии.
3. Методы исследования в психологии.
4. Структура, функции психики и формы ее проявления.

5. Точки зрения на происхождение психики. Стадии и уровни развития психики и поведения животных.
6. Психологические характеристики сознания.
7. Бессознательное, его проявления.
8. Роль психологии в современном обществе.
9. Место психологии в системе наук.
10. Деятельность, ее особенности. Специфика развития деятельности человека.
11. Деятельность, ее структура.
12. Виды деятельности и способы ее освоения.
13. Общение, ее функции и виды.
14. Средства общения. Общение как коммуникация.
15. Процедура общения. Общение как интеракция.
16. Мотивы общения. Общение как перцепция.
17. Соотношение понятий: индивид, личность, индивидуальность. Основные функции личности.
18. Структура личности.
19. Я-концепция личности.
20. Направленность, ее формы.
21. Понятие темперамента, теории темперамента.
22. Психологическая характеристика основных типов темперамента.
23. Характер: понятие, содержание, виды (по Э. Фромму, К. Юнгу).
24. Факторы формирования характера. Акцентуации характера по К. Леонгарду.
25. Способности: понятие, признаки, уровни развития и классификация.
26. Ощущение: понятие, физиологическая основа, свойства.
27. Закономерности ощущений. Виды ощущений.
28. Восприятие: понятие, физиологическая основа. Виды восприятия.
29. Свойства восприятия. Индивидуальные особенности восприятия.
30. Внимание: понятие, физиологическая основа. Виды внимания.
31. Свойства внимания.
32. Память: понятие, физиологическая основа, процессы памяти.
33. Виды и свойства памяти.
34. Мышление: понятие, признаки, формы, виды мышления.
35. Мыслительные операции. Индивидуальные особенности мышления.
36. Воображение, понятие, функции, виды, приемы.
37. Речь и язык: понятие, функции, свойства и виды речи.
38. Эмоции: понятие, функции, свойства. Эмоциональные состояния.
39. Чувства: понятие, функции. Виды высших чувств.
40. Воля: понятие, функции, структура волевого акта.
41. Волевые качества. Самовоспитание воли.
42. Понятие и виды малых групп.
43. Психологическая структура малой группы.
44. Этапы и основные психологические механизмы развития малых групп.
45. Психологические процессы в малой группе.

Для студентов второго курса (раздел «Педагогика»)

1. Понятие предмета и объекта науки.
2. Задачи педагогической науки.
3. Функции педагогической науки.
4. Методы педагогических исследований.
5. Система педагогических наук.
6. Связь педагогики с другими науками.
7. Основные категории педагогики: воспитание, обучение, образование.

8. Основные категории педагогики: педагогическая деятельность, педагогическая техника, педагогическое взаимодействие, педагогическая задача.
9. Понятие «педагогический процесс». Структура педагогического процесса.
10. Закономерности педагогического процесса.
11. Принципы педагогического процесса.
12. Понятие «воспитание». Характеристика воспитательного процесса.
13. Задачи воспитания.
14. Составные части воспитания (умственное, трудовое, физическое, правовое, экологическое, половое, нравственное, эстетическое и др.).
15. Принципы воспитания.
16. Средства воспитания и обучения.
17. Методы формирования общественного сознания.
18. Методы формирования общественного поведения и деятельности.
19. Методы стимулирования и коррекции поведения.
20. Понятие «обучение». Характеристика образовательной функции обучения.
21. Характеристика воспитывающей функции обучения.
22. Характеристика развивающей функции обучения.
23. Принципы обучения.
24. Классификация методов обучения по источнику знаний (словесные, наглядные, практические).
25. Классификация методов обучения по характеру педагогической деятельности (объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский, проблемный).
26. Формы организации педагогического процесса – индивидуальное обучение.
27. Формы организации педагогического процесса – классно-урочная система.
28. Формы организации педагогического процесса – лекционно-семинарская система.
29. Образовательная система России.
30. Образование как общечеловеческая ценность (государственная, общественная, личностная).
31. Принципы формирования содержания образования.
32. Понятие управления образовательными системами. Общие принципы управления образовательными системами (демократизация и гуманизация управления, системность и целостность в управлении, централизация и децентрализация в управлении и др.).
33. Управление образовательными системами.
34. Понятие и особенности семейного воспитания.
35. Функции и задачи семейного воспитания.
36. Принципы и содержание семейного воспитания.
37. Мотивация и направленность педагогической деятельности.
38. Профессиональная педагогическая позиция.
39. Педагогические способности и умения.
40. Основные компоненты педагогической деятельности.
41. Стили педагогической деятельности.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоя- тельная работа
			Лекции	Практические занятия	
Раздел 1. Психология					
Первый	Тема 1.1. Введение в психологию	16	4	2	10
Первый	Тема 1.2. Личность и деятельность	18	4	6	8
Первый	Тема 1.3. Психические	10	4	2	4

	свойства				
<i>Первый</i>	Тема 1.4. Психические процессы	18	4	6	8
<i>Первый</i>	Тема 1.5. Психология малых групп	10	2	2	6
Раздел 2. Педагогика					
<i>Второй</i>	Тема 2.1. Педагогика в системе наук о человеке.	7	2	2	3
<i>Второй</i>	Тема 2.2. Педагогический процесс как целостное системное явление.	8	2	2	4
<i>Второй</i>	Тема 2.3. Воспитание в целостном педагогическом процессе.	8	2	2	4
<i>Второй</i>	Тема 2.4. Обучение в целостном педагогическом процессе.	8	2	2	4
<i>Второй</i>	Тема 2.5. Методы осуществления педагогическим процессом.	9	2	2	5
<i>Второй</i>	Тема 2.6. Образование как социальное явление и целостный педагогический процесс.	8	2	2	4
<i>Второй</i>	Тема 2.7. Управление образовательными системами.	8	2	2	4
<i>Второй</i>	Тема 2.8. Педагогическая деятельность.	8	2	2	4
<i>Второй</i>	Тема 2.9. Семья как специфическая система воспитания и развития личности.	8	2	2	4
	Итого:	144	36	36	72

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачётом во втором и третьем семестре. Зачет проводится в форме устных ответов на вопросы, которые преподаватель задает в произвольном порядке. По первому разделу дисциплины, «Психология», допускаются студенты, имеющие все практические задания, в частности эссе и анализ вопросов, подлежащих конспектированию.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Березовин, Н.А. Основы психологии и педагогики: учеб. пособие / Н.А. Березовин, В.Т. Чепиков, М.И. Чеховских. - 3-е изд., стер. - М.; Минск: ИНФРА-М; Новое знание, 2011. - 336 с. - (Высш. образование).

2. Бордовская, Н.В. Психология и педагогика: учеб. для вузов / Н.В. Бордовская, С.И. Розум. - СПб.: ПИТЕР, 2013. - 634 с.: ил.
3. Немов, Р.С. Общая психология: краткий курс / Р.С. Немов. - СПб.: ПИТЕР, 2011. - 304 с.: ил. - (Краткий курс). Словарь: с.286-304.
4. Островский, Э.В. Психология и педагогика: учеб. пособие / Э.В. Островский, Л.И. Чернышова. - М.: Вузовский учебник, 2009. - 384 с.
5. Сластенин, В.А. Педагогика: учебник для студ. вузов / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов. - 9-е изд., стер. - М.: Академия, 2008. - 576 с. - (Высш. проф. образование).

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Березина Т.Н. Развитие способностей как гуманистическая составляющая образования / Т.Н. Березина // Вестник высшей школы. - 2009. - №7. - С. 19-26.
2. Боровских А.В. Категория деятельности и деятельностные принципы в педагогике / А.В. Боровских, Н.Х. Розов // Вопросы философии. - 2012. - №5. - С. 90-102.
3. Бороздина, Г.В. Психология и педагогика: учебник / Г.В. Бороздина. - М.: ИД Юрайт; Юрайт, 2011. - 477 с. - (Основы наук). Библиогр.: 475-477.
4. Виненко, В.Г. Общие основы педагогики: учеб. пособие / В.Г. Виненко. - М.: Дашков и К, 2008. - 300 с.+ прил.: с.284-297 библиогр.: с.269-283
5. Воспитательная деятельность педагога: учеб. пособие для студ. вузов / ред. В.А. Сластенин, И.А. Колесникова. - 4-е изд., стер. - М.: Академия, 2008. - 336 с. - (Профессионализм педагога). Прил.: с.288-330.
6. Ефремов, О.Ю. Педагогика: учеб. пособие / О.Ю. Ефремов. - СПб.: ПИТЕР, 2010. - 352 с.
7. Запесоцкий А.С. Влияние СМИ на молодежь как проблема отечественной педагогики / А.С. Запесоцкий // Педагогика. - 2010. - №2. - С. 3-16.
8. Кравченко, А.И. Общая психология: учеб. пособие / А.И. Кравченко. - М.: Проспект, 2009. - 432 с.+ словарь: с.414-420 библиогр.: с.421-427.
9. Кравченко, А.И. Психология и педагогика: учебник / А.И. Кравченко. - М.: ИНФРА-М, 2011. - 400 с. - (Высш. образование). Прил.: с.343-386. - Библиогр.: 387-396.
10. Кузнецов, В.В. Введение в профессионально - педагогическую специальность: учеб. для студ. высш. проф. образования / В.В. Кузнецов. - 2-е изд., перераб. - М.: Академия, 2011. - 176 с.
11. Маклаков, А.Г. Общая психология: ответы на экзаменационные билеты / А.Г. Маклаков. - СПб.: ПИТЕР, 2008. - 224 с.: ил. - (Завтра экзамен).
12. Марцинковская, Т.Д. Психология и педагогика: учебник / Т.Д. Марцинковская, Л.А. Григорович. - М.: Проспект, 2009. - 464 с.+ глоссарий: с.457-459.
13. Никифоров В.И. Учебный процесс как метод научного познания / В.И. Никифоров // Вестник высшей школы. - 2010. - №3. - С. 39-43.
14. Нуркова, В.В. Психология: учеб. для бакалавров / В.В. Нуркова, Н.Б. Березанская. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2012. - 575 с. - (Бакалавр).
15. Педагогика: учебник / ред. Л.П. Крившенко. - М.: Проспект, 2012. - 432 с. Тезаурус: с.414-422.
16. Педагогический словарь: учеб. пособие для студ. вузов / ред. В.И. Загвязинский, А.Ф. Закирова. - М.: Академия, 2008. - 352 с. - (Высш. проф. образование).
17. Погодин И. О природе психологических феноменов / И. Погодин // Журнал практического психолога. - 2008. - №1. - С. 26-42.
18. Пригоровская, Т.А. Педагогика и психология: тестовые задания: учебно-метод. пособие для студ., обучающихся по специальностям: 032101 "Физ. культура и спорт", 032102 "Адап. физ. культура", 080507 "Менеджмент организации" / Т.А. Пригоровская. - Малаховка: МГАФК, 2008. - 58 с.
19. Романова, А. В. Педагогика (практические занятия): учебно-метод. пособие / А.В. Романова, О.И. Дранюк. - СПб.: СПбГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2008. - 146 с.

20. Руденко, Г.В. К вопросу об общих принципах педагогики / Г.В. Руденко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.- СПб., 2011 .- № 6(76).- С. 139-142.
21. Самыгин, С.И. Психология и педагогика для студентов вузов / С.И. Самыгин, М.А. Гулиев, Р.Х. Ганиева. - 4-е изд. - Ростов н/Д: Феникс, 2008. - 248 с. - (Шпаргалка).
22. Свенцицкий, А.Л. Краткий психологический словарь / А.Л. Свенцицкий. - М.: Проспект, 2011. - 512 с.
23. Седова, Н.Е. Основы практической педагогики: учеб. пособие / Н.Е. Седова. - М.: Сфера, 2008. - 192 с. - (Учеб. пособие). библиогр.: с.183-186.
24. Сорокин Г.М. Лекция в учебном процессе вуза / Г.М. Сорокин // Вестник высшей школы . - 2010 .- №1.- С. 36-39.
25. Степанов, В.Е. Психология: учебник / В.Е. Степанов, В.П. Ступницкий. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Дашков и К, 2009. - 732 с. Библиогр.: с.725-728.
26. Столяренко, Л.Д. Основы психологии: учеб. пособие / Л.Д. Столяренко. - М.: Проспект, 2012. - 464 с.

Электронные ресурсы

1. Аминов, И.И. Социальная психология [Электронный ресурс]: учеб. для студентов вузов / И.И. Аминов, О.В. Афанасьева, М.Г. Дебольский и др. – Электронная поисковая программа. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. – Режим доступа: <http://www.iqlib.ru/> - Загл. с экрана.
2. Громкова, М.Т. Педагогика высшей школы [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студентов педагогических вузов / М.Т. Громкова. – Электронная поисковая программа. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. – Режим доступа: <http://www.iqlib.ru/> - Загл. с экрана.
3. Гуревич, П.С. Психология и педагогика [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студентов вузов / П.С. Гуревич. – Электронная поисковая программа. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. – Режим доступа: <http://www.iqlib.ru/> - Загл. с экрана.
4. Столяренко, А.М. Психология и педагогика [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студентов вузов / А.М. Столяренко. – Электронная поисковая программа. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2008. – Режим доступа: <http://www.iqlib.ru/> - Загл. с экрана.

3.6. Рабочая программа учебной дисциплины «Право» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» по профилю подготовки - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Шитова Лилия Шамильевна, доцент кафедры

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Овладение студентами знаниями в области права, выработка позитивного отношения к нему, рассмотрение права как социальной реальности, выработанной человеческой цивилизацией и наполненной идеями гуманизма, добра и справедливости.

Задачи дисциплины:

выработка умения понимать законы и другие нормативные правовые акты;
обеспечивать соблюдение законодательства;
принимать решения и совершать иные юридические действия в точном соответствии с законом;
анализировать законодательство и практику его применения;
ориентироваться в специальной литературе.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Право» относится к базовой части гуманитарного, социального и экономического цикла.

Курс «Право» способствует пониманию содержания неотъемлемых и неотчуждаемых прав и свобод человека, выражающихся в том, что государство связано ими и не должно по своему усмотрению отменять или ограничивать их. Будучи непосредственно действующими, права и свободы человека и гражданина определяют смысл, содержание и применение права, деятельность органов государственной власти, органов местного самоуправления и обеспечиваются правосудием. Провозглашена ответственность государства за реализацию политических, экономических, социальных и иных возможностей личности, за создание условий, обеспечивающих достойную жизнь и свободное развитие человека.

Такое правопонимание отвечает идеям демократического правового государства, ибо воспитание правосознания законопослушного гражданина основано на раскрытии не столько принудительного потенциала права (от этого в нашей жизни пока не уйти), сколько на его характеристике как одного из важнейших эталонов цивилизованных отношений между людьми.

Учебный материал предлагаемой дисциплины является закономерным продолжением следующих прочитанных ранее циклов: философия, политология, история, социология.

Однако предметом учебной дисциплины «Право» в отличие от указанных циклов являются конкретные правовые нормы, регулирующие наиболее распространенные правоотношения людей в обществе в той или иной отраслевой сфере.

Учебная дисциплина «Право» призвана способствовать повышению уровня правовой культуры студентов.

На лекционных и практических занятиях изложение материала осуществляется по блокам, сформированным по отраслевому принципу.

Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК - 1, ОК-4, ОК-5, ОК-9, ОК - 13, ПК - 45.

В результате изучения дисциплины студенты должны:

знать: понятие государства и его признаки, основные теории происхождения государства, формы государственного правления, государственного устройства и виды политического режима;

основы конституционного строя РФ;

понятие, признаки и функции права, понятие и виды нормативных правовых актов;

понятие нормы, института, подотрасли и отрасли права;

понятие, виды и структуру правоотношения;

понятие, признаки, состав и виды правонарушения;

понятие, признаки и виды юридической ответственности;

основы гражданского права;

основы трудового права;

основы административного права;

основы наследственного и семейного права;

основы уголовного права;

основы экологического права;

правовые основы защиты государственной тайны;

уметь: анализировать источники права и использовать их для решения индивидуально-конкретных дел;

давать объективную оценку государственно-правовым явлениям;

использовать приобретенные знания для профессионального выполнения служебных обязанностей;

осуществлять поставленные задачи в соответствии с действующим национальным законодательством, общепризнанными принципами и нормами международного права;

своевременно реагировать на любые противоправные действия, на основе законности принимать эффективные меры по устранению причин, способствующих их совершению.

владеть: гражданской зрелостью и высокой общественной активностью, правовой и политической культурой, уважением к закону и бережным отношением к социальным ценностям правового государства, чести и достоинству гражданина, высоким нравственным сознанием, гуманностью, твердостью моральных убеждений, чувством долга, ответственностью за судьбы людей и порученное дело, принципиальностью и независимостью в обеспечении прав, свобод и законных интересов личности, ее охраны и социальной защиты, чувством нетерпимости к любому нарушению закона в собственной профессиональной деятельности;

понимать сущность, характер и взаимодействие правовых явлений, видеть их взаимосвязь в целостной системе знаний и значение для реализации права;

Материально- техническое обеспечение

Для проведения лекционных занятий дополнительного технического оснащения аудиторий не требуется. Однако, на семинарских занятиях широко используется справочная информационная система КонсультантПлюс, поэтому такие занятия часто проходят в аудиториях оборудованных компьютерами.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Право» содержит разделы:

раздел 1. Теория государства и права;

раздел 2. Конституционное право;

раздел 3. Гражданское право;

раздел 4. Административное право;

раздел 5. Уголовное право;

раздел 6. Семейное право;

раздел 7. Трудовое право;

раздел 8. Международное право;

раздел 9. Экологическое право.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Функции государства: понятие и классификация.
2. Происхождение государства и права.
3. Типы и формы государства.
4. Гражданское общество и правовое государство.
5. История становления конституционного права в России.
6. Понятие права. Соотношение права и государства.
7. Понятие и принципы Федеративного устройства России.
8. Принцип разделения властей и его осуществление в РФ.
9. Понятие и структура гражданского общества.
10. Круг отношений административного права.
11. Значение Уголовного Кодекса РФ.
12. Общая характеристика трудового права.
13. Характеристика Семейного Кодекса РФ.
14. Возникновение и сущность международного права.
15. Международное публичное и международное частное право.
16. Международные организации и конференции.
17. Понятие экологического права, его предмет и метод.
18. Экологические системы как объект правового регулирования.
19. Источники и содержание экологического права.
20. Ответственность за экологические правонарушения.
21. Общая характеристика земельного законодательства. Правовой режим земель.

Примерная тематика рефератов

1. Социальное значение права.
2. История становления конституционного права в России.
3. Принципы федеративного устройства России.
4. Отличие зарубежного административного права от российского.
5. Особенности Уголовного кодекса РФ.
6. Значение гражданского кодекса РФ.
7. Труд молодежи.
8. Трудовые споры.
9. Возникновение и сущность международного права.
10. Международное публичное и международное частное право.
11. Международные организации и конференции.
12. Понятие экологического права, его предмет и метод.
13. Экологические системы как объект правового регулирования.
14. Ответственность за экологические правонарушения.
15. Понятие государственной тайны.
16. Уголовно-правовая защита государственной тайны.

Перечень вопросов к зачёту

1. Понятие и признаки государства.
2. Происхождение государства.
3. Сущность государства.
4. Формы государства.
5. Формы правления.
6. Формы территориального устройства.
7. Формы политического режима.
8. Правовое, социальное, светское государство.
9. Механизм и функции государства.

10. Понятие права. Отрасли права.
11. Норма права и её структура и виды.
12. Понятие правоотношения, элементы правоотношения: субъекты, объекты, содержание.
13. Условия возникновения правоотношений.
14. Понятие и признаки правонарушения.
15. Состав правонарушения. Виды правонарушения.
16. Юридическая ответственность и ее виды.
17. Понятие, предмет, метод административного права, принципы.
18. Административные правонарушения и административная ответственность.
19. Понятие трудового права, предмет, метод, принципы.
20. Субъекты и объекты, трудового права.
21. Социальное партнерство в сфере труда.
22. Трудовой договор.
23. Коллективный договор.
24. Разрешение трудовых споров.
25. Приём на работу, перевод на другую работу, увольнение работников.
26. Рабочее время и время отдыха. Заработная плата.
27. Трудовой распорядок. Дисциплина труда. Дисциплинарная ответственность.
28. Материальная ответственность сторон трудового договора.
29. Возмещение работодателями вреда, причинённого здоровью и жизни работника.
30. Особенности регулирования труда отдельных категорий работников.
31. Понятие, предмет, метод, принципы гражданского права.
32. Субъекты и объекты гражданского права.
33. Юридические лица: понятия и виды.
34. Гражданин как субъект гражданского права.
35. Предпринимательская деятельность гражданина.
36. Осуществление и защита гражданских прав.
37. Гражданско-правовая ответственность.
38. Сроки в гражданском праве и исковая давность.
39. Право собственности: содержание, возникновение, прекращение.
40. Понятие сделки, виды и недействительность сделок.
41. Обязательственное право: возникновение, изменение, прекращение обязательств.
Ответственность за неисполнение обязательств.
42. Понятие и виды гражданских договоров. Условия договора.
43. Понятие и принципы семейного права
44. Понятие брака и семьи. Регистрация брака и условия его заключения
45. Понятие экологического права, его предмет и метод.
46. Экологические системы как объект правового регулирования.
47. Источники и содержание экологического права.
48. Ответственность за экологические правонарушения.
49. Общая характеристика земельного законодательства. Правовой режим земель.
50. Понятие государственной тайны.
51. Уголовно-правовая защита государственной тайны.
52. Право в сфере физической культуры и спорта.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самост оятельн ая работа
			Лекци и	Семинарски е занятия	
Раздел 1.Теория государства и права					
Четвертый	Тема 1.1 Основы теории	6	2	2	2

	государства и права				
Раздел 2. Конституционное право					
Четвертый	Тема 2.1 Конституция РФ – основной закон государства. Особенности федеративного устройства России. Система органов государственной власти РФ.	8	2	2	4
Раздел 3. Гражданское право					
Четвертый	Тема 3.1. Основы гражданского права	6	2	2	2
Четвертый	Тема 3.2. Юридические лица. Общие положения о договоре.	8	2	2	4
Раздел 4. Административное право					
Четвертый	Тема 4.1. Административное правонарушение и административная ответственность	11	2	1	8
Раздел 5. Уголовное право					
Четвертый	Тема 5.1. Уголовная ответственность преступления и виды наказания	7	2	1	4
Раздел 6. Семейное право					
Четвертый	Тема 6.1. Брачно-семейные отношения	6	1	1	4
Раздел 7. Трудовое право					
Четвертый	Тема 7.1. Трудовой договор. Трудовая дисциплина и ответственность за ее нарушение.	6	1	1	4
Раздел 8. Международное право					
Четвертый	Тема 8.1. Основы международного права	6	1	1	4
Раздел 9. Экологическое право					
Четвертый	Тема 9.1. Основы экологического права	8	1	1	6
	Итого:	72	16	14	42

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачётом в соответствии с объемными требованиями.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Правоведение : учебник / ред. М.Б. Смоленский. - 4-е изд., перераб. и доп. - М. : Дашков и К; Академцентр, 2010. - 496 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Правоведение : учеб. для бакалавров / ред. С.И. Некрасов. - М. : Юрайт, 2012. - 693 с.
2. Репина, М.Г. Правоведение : учебник / М.Г. Репина. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Советский спорт, 2009. - 344 с.

3. Балашов, А.И. Правоведение : учеб. для вузов / А.И. Балашов, Г.П. Рудаков. - 4-е изд., перераб. и доп. - СПб. : ПИТЕР, 2009. - 480 с.
4. Основы права : учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования / ред. С.Я. Казанцев. - 3-е изд., стер. - М. : Академия, 2011. - 256 с.
5. Репина, М.Г. Правоведение : практикум по курсу / М.Г. Репина, Российская международная академия туризма. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Советский спорт, 2009. - 71 с.

3.7. Рабочая программа учебной дисциплины **«История физической культуры»** основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание
 степень (квалификация) выпускника - бакалавр
 Форма обучения очная
 Автор-разработчик: Манерова Ольга Евгеньевна, к.п.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Способствовать формированию систематизированных знаний о прошлом, получению студентом социального опыта в сфере физической культуры. Показать с научных позиций становление, состояние и развитие физической культуры в разные периоды существования человеческого общества. Обеспечить студентов знаниями в области истории физической культуры, которые они смогут использовать в профессиональной деятельности.

Изучение предмета помогает осознать место и роль нашей страны во всемирно историческом процессе развития физической культуры, понимать историческую обусловленность процессов и явлений физической культуры в современном мире.

Задачи дисциплины

- Познакомить с научных позиций становление, состояние и развитие физической культуры в разные периоды существования человеческого общества.
- Разъяснить значение, роль, место физической культуры в жизни общества на разных этапах его развития.
- Способствовать формированию научного мировоззрения, воспитанию патриотизма, интернационализма, исторического самосознания и критического мышления.
- Формировать любовь к благородной профессии педагога, тренера, организатора и пропагандиста физической культуры.
- Способствовать повышению общей педагогической культуры, расширению умственного кругозора, обогащению знаниями в области физической культуры.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «История физической культуры» относится к вариативной части гуманитарного, социального и экономического цикла (Б1) и является обязательной для изучения. История физической культуры (ИФК) составляет важную часть всей спортивной науки. ИФК представляет собой специфическую отрасль исторических и педагогических знаний. ИФК – основа гуманитарного образования в спортивной науке.

Для освоения данной дисциплины обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, которые студенты первокурсники получили в процессе изучения дисциплины «История» в I семестре.

Особенность дисциплины состоит в формировании знаний и навыков, определяющих историческую культуру в области физической культуры и спорта, развитие гражданских качеств личности, формирование чувства сопричастности и уважения истории в области физической культуры.

Дисциплина будет способствовать расширению общего кругозора студентов, их эрудиции, активизации творческого мышления, повышению теоретического уровня и обогащению опытом прошлого.

Образовательный процесс проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий по ИФК являются лекции и семинарские занятия. В конце учебного года проводится традиционная викторина «Что? Где? Когда?». Лекционный материал излагается с помощью мультимедийного оборудования. Формой контроля предусмотрено проведение программированного опроса по трем разделам.

Внеаудиторная работа предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы и рефлексии знаний и умений, полученных на лекционных занятиях.

Помещения укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами для представления учебной информации студентам. Используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающих показ тематических иллюстраций во время проведения лекционных занятий.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-1, ОК-2, ОК-4, ОК-13, ПК-1, ПК-2.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- причины возникновения различных систем физического воспитания;
- основные исторические периоды в развитии ФКиС;
- историю развития основных форм международного спортивного движения;
- становление и развитие физической культуры в общеобразовательной школе дореволюционной России, СССР и РФ.
- эстетические, нравственные и духовные ценности основных систем физического воспитания и международного спортивного движения.
- историю, закономерности, функции, принципы, средства и методы отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры, их места в общей системе физической культуры;

уметь:

- самостоятельно искать и анализировать историческую информацию в различной литературе;
- применять средства и методы сбора информации о физической культуре и спорте;
- выражать и обосновывать свою позицию на дискуссиях по проблемам истории физической культуры и спорта, отстаивать собственную позицию, используя для аргументации исторические факты;

овладеть:

- навыками получения и первичной обработки информации о достижениях в сфере ФКиС из различных источников;
- культурой мышления, способностью к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей её достижения;
- основными историческими понятиями и терминами.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «История физической культуры» содержит разделы:

Раздел 1. Всеобщая история физической культуры и спорта

Раздел 2. История физической культуры и спорта в России

Раздел 3. История Международного спортивного и олимпийского движения

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Философы Древней Греции о ФВ (Платон, Аристотель, Сократ, Гиппократ, Демокрит, Гален).
2. ФКиС в странах Азии, Африки и Америки.
3. Развитие педагогических идей ФВ в эпоху возрождения (Леонардо да Винчи, Андреас Везалий, Уильям Гарвей, Мартин Лютер, Ульрих Цвингли).
4. Гуманисты и социалисты-утописты о ФВ (Лоренцо Вала, Микеланджело, Иероним Меркуриалис, Томас Мор, Томмазо Кампанелла).

5. Становление и развитие научно-педагогических основ ФВиС (Джон Локк, Ж.Ж.Руссо, И.Г.Песталоцци, Герберт спенсер, Фридрих Ницше, Жорж Демени).
6. Спортивно-игровые системы.
7. Рекреационное движение и ФВ. Любительский и профессиональный спорт.
8. Развитие идейно теоретических и научных основ ФВ (Д.И.Писарев, К.Д.Ушинский, Г.В.Плеханов, Н.И.Пирогов, И.В.Сеченов, Е.А.Покровский, Е.М.Дементьев).
9. Жизнь и деятельность П.Ф.Лесгафта.
10. Жизнь и деятельность Пьера де Кубертена.
11. Игры I, II, III олимпиады.
12. Игры IV, V, VII олимпиады.
13. Игры VIII, IX, X олимпиады.
14. Игры XI, XIV, XVI олимпиады.
15. Игры XVII, XVIII, XIX олимпиады.
16. Игры XX, XXI, XXII олимпиады.
17. Анализ Игр XXIX Олимпиады в Пекине (2008 г.). Расстановка сил по итогам Игр.
18. Анализ Игр XXX Олимпиады в Лондоне (2012 г.). Расстановка сил по итогам Игр.
19. Итоги зимних ОИ XX в Турине (2006 г.) и XXI в Ванкувере (2010 г.).

Примерная тематика рефератов

1. Исторические условия и особенности развития ФКиС в странах Древнего Востока (Месопотамия, Египет, Ассирия, Вавилон, Персия, Индия, Китай, Япония).
2. Физическая культура и спорт в государствах Древней Греции. Вопросы физического воспитания в трудах римских педагогов, врачей, философов и поэтов.
3. Физическая культура и спорт в государствах Востока (Индия, Китай, Япония) в V веке - середине XVII века.
4. Физическая культура и спорта в государствах Европы в V веке - середине XVII века.
5. Физическая культура и спорт в государствах Северной и Южной Америки в V-XVII веках.
6. Спортивно-гимнастическое движение в Северной Америке, Азии, Африки, Латинской Америки.
7. ФВ и спорт накануне и в годы I Мировой войны.
8. Зарождение и дальнейшее развитие спортивной журналистики в Новое время.
9. Физическая культура и спорт в странах мира между первой и второй мировыми войнами.
10. Спортивные состязания в годы второй мировой войны.
11. Рабочее спортивно-гимнастическое движение в странах мира в XIX - XX веках.
12. Характеристика развития физической культуры и спорта в странах Юго-Восточной Европы в 50-80-е годы (бывшие страны социализма).
13. Роль и место Универсиад в развитии спорта в мире.
14. Современное состояние спорта и массовой физической культуры в крупнейших странах мира.
15. Физические упражнения и игры у народов России с древнейших времен до конца XIX века.
16. Место и роль физического воспитания в системе учебных заведений России в XVII - начале XX века.
17. Развитие в России олимпийского движения. Выступление России на Олимпийских играх.
18. Физическое воспитание в системе учебных заведений СССР в 1917-1991 гг.
19. Возникновение и развитие советской традиции физкультурных и спортивных праздников в первые годы советской власти.
20. Подвиги советских спортсменов на фронтах Великой Отечественной войны.
21. Развитие советского спорта в 1945-1992 гг. (с учетом своей спортивной специализации).
22. Советские спортсмены на Олимпийских играх 1952-1988 гг. (выборочно - либо летние, либо зимние Игры).
23. Советские спортсмены – победители Универсиад, ставшие Олимпийскими чемпионами.
24. Физическая культура и спорт в России после распада СССР.

25. Возникновение Олимпийских игр Древней Греции (мифы, предположения, реальность).
26. Выдающиеся олимпионики древних Олимпийских игр.
27. Пьер де Кубертен. Жизнь и деятельность, заслуги в возрождении Олимпийских игр.
28. От Афин до Стокгольма. Анализ I-V Олимпиад (программа, участники, соотношение сил).
29. Выход спортсменов СССР на Олимпийскую арену. Итоги выступления в Играх XV Олимпиады (1952 г.).
30. Игры XXII Олимпиады в Москве (подготовка, организация, итоги).
31. Современный МОК (состав, структура, задачи, содержание работы, проблемы).
32. Президенты МОК (анализ деятельность, вклад в развитие олимпийского движения).
33. Олимпийская Хартия (диалектика развития 1894-2012 гг.).
34. Анализ участия спортсменов России в Играх Олимпиад и Олимпийских зимних играх (1994-2012 гг.).
35. Новые тенденции в развитии мирового олимпийского движения конца XX -начала XXI веков.
36. Как развивается юношеский спорт в России на современном этапе.
37. Основные проблемы современного олимпийского движения.
38. Олимпийское движение и технический прогресс (взаимосвязь и взаимообусловленность).
39. Члены МОК для России, их вклад в развитие идей олимпизма и отечественного спорта.
40. Участие спортсменов России в Играх XXIX Олимпиады в Пекине и в XXI Олимпийских зимних играх в Ванкувере. Церемонии открытия и закрытия Игр.
41. Участие спортсменов России в Играх XXX Олимпиады в Лондоне. Церемонии открытия и закрытия Игр.
42. Выдающиеся советские чемпионы Олимпийских игр послевоенных лет (1952-1988 гг.).
43. Анализ участия спортсменов СССР в летних и зимних Олимпийских играх (1952-1992 гг.) на примере вашего вида спорта
44. Экология на Олимпийских играх.
45. Основные проблемы современного олимпийского движения.
46. Выдающиеся российские чемпионы Олимпийских игр (1994 – 2012 гг.).
47. Бойкоты Олимпийских игр.
48. Паралимпийские игры.
49. Сочи – столица Олимпийских зимних игр 2014 г.
50. Средства массовой информации в международном спортивном и олимпийском движении.
51. Реклама и спорт.
52. Современные Олимпийские игры (география стран участниц, программа, проблемы).
53. Олимпийское образование в школе как важный аспект воспитания гармоничной личности.

Перечень вопросов к зачёту

1. Предмет, задачи, методы, научно-теоретические основы ИФК и С. Место ИФК в системе наук.
2. Периодизация и источники ИФК.
3. Теории о возникновении физических упражнений и игр (биологическая и культовая, трудовая).
4. Зарождение педагогической и научной теории ФВ в Древнем мире (Платон, Аристотель, Сократ, Гиппократ).
5. ФК в Древней Греции. Спартанская и афинская системы ФВ.
6. Содержание древнегреческой гимнастики.
7. Олимпийские игры в Древней Греции.
8. ФК в Древнем Риме.
9. ФК в странах Древнего Востока (Египет, Ассирия, Индия, Китай и др.).
10. Особенности развития ФК на разных этапах феодального строя в различных странах.
11. Рыцарская система ФВ. Ее особенности.
12. Рыцарские турниры. Их направленность. Организация и правила проведения.

13. ФК крестьян и горожан на разных этапах феодального строя.
14. ФВ в деятельности гуманистов (Ф.Рабле, Витторино де Фельтре, Я.А.Коменский).
15. Развитие идейно-теоретических основ ФВ в начале Нового времени (Джон Локк, Жан Жак Руссо, Иоганн Песталоцци).
16. Возникновение и развитие турнерского движения в Германии (Фридрих Ян, Адольф Шписс).
17. Возникновение и развитие гимнастического движения в Скандинавии (Пер Линг, ЯльмарЛинг).
18. Возникновение и развитие военно-гимнастического движения во Франции (Франциско Аморо).
19. Сокольское движение в Чехии (М.Тырш). Скаутское движение.
20. Новые методы ФВ (основная гимнастика Нильса Бука; естественная школьная гимнастика Карла Гаульгофера и Маргариты Штрайхер).
21. Развитие рабочего спорта в странах мира
22. Самостоятельное спортивно-гимнастическое движение (рабочий спорт; “Спорт для всех”; спорт и церковь).
23. ФУ и игры до образования древнерусского государства.
24. ФК в Русском государстве (IX-XII вв). Самобытная народная система ФВ на Руси. Физическая подготовка в княжеских и боярских дружинах.
25. ФВ и С в быту народа и дворянства в учебных заведениях России в XIX - начала XX века.
26. Создание и совершенствование системы военно-физической подготовки войск (Петр I, П.А.Румянцев, А.В.Суворов, Ф.Ф.Ушаков).
27. Развитие педагогической мысли и естественно-научной мысли в области ФВ (В.И.Татищев, М.В.Ломоносов, И.И.Бецкой, Н.И.Новиков, А.И.Радищев, В.Г.Белинский (XVII-XIX)).
28. Развитие идейно-теоретических и научных основ ФВ) К.Д.Ушинский, Л.Н.Толстой, Н.И.Пирогов, И.М.Сеченов, И.П.Павлов).
29. Учение П.Ф.Лесгафта о физическом образовании и его педагогическая деятельность.
30. Создание спортивных клубов и развитие спорта в России (XIX-XX вв).
31. Первые олимпийские старты русских спортсменов.
32. Всероссийские олимпиады (Киев-1913 г.; Рига-1914 г).
33. Вступление России в Олимпийское движение. Образование Российского олимпийского комитета.
34. Становление новых форм и методов ФВ в СССР.
35. Создание программно-нормативных основ советской системы ФВ.
36. Советские спортсмены на фронтах войны.
37. Значение, этапы и значения Спартакиад народов СССР (летняя – 1956; зимняя – 1962). Их роль в развитии советского физкультурного движения.
38. Формирование федеральных структур управления ФК и С после распада СССР.
39. Создание олимпийского комитета России. Его задачи.
40. Исторические предпосылки возникновения международного спортивного и олимпийского движения.
41. Возникновение и развитие МСД до I Мировой войны.
42. Значение деятельности Пьера де Кубертена для развития МОД.
43. Олимпийская хартия.
44. МОК, его задачи, структура и деятельность.
45. Олимпийские игры до I Мировой войны.
46. Олимпизм. Идеи и идеалы Олимпизма.
47. МОК, НОК и МСФ и их взаимодействие на современном этапе.
48. Олимпийское движение. Цели ОД.
49. Летние Олимпийские игры в период между I и II Мировыми войнами.
50. Зимние Олимпийские игры между I и II Мировыми войнами.
51. Зимние Олимпийские игры 50-80 годов. Итоги выступлений стран-участниц.
52. Итоги XXV летних ОИ в Барселоне (1992 г.).

53. Итоги XVI зимних ОИ в Альбервиле (1992 г.).
 54. Итоги X XVI летних ОИ в Атланте (1996 г.).
 55. Итоги XVIII зимних ОИ в Нагано (1998 г.).
 56. Анализ XXVII летних ОИ в Сиднее (2000 г.). Расстановка сил по итогам Игр.
 57. Анализ XIX зимних ОИ в Солт-Лейк-Сити (2002г.). Расстановка сил по итогам Игр.
 58. Анализ XXVIII летних ОИ в Афинах (2004 г.). Расстановка сил по итогам Игр.
 59. Анализ XXIX летних ОИ в Пекине (2008 г.). Расстановка сил по итогам Игр.
 60. Анализ XXX летних ОИ в Лондоне (2012 г.). Расстановка сил по итогам Игр.
 61. Итоги зимних ОИ XX в Турине (2006 г.) и XXI в Ванкувере (2010 г.).
 62. I Международный атлетический (олимпийский) конгресс. Его постановления.
 63. Возникновение и развитие паралимпийского движения.
 64. Проблемы современного олимпийского движения.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Семинарские занятия	
Раздел 1. Всеобщая история физической культуры и спорта					
Первый	Тема1. Введение в предмет ФК в период первобытного строя	8	2	2	4
Первый	Тема2. ФК в Древнем Море	10	2	4	4
Первый	Тема3. ФК в средние века	8	2	2	4
Первый	Тема4. ФКиС в период Нового времени (17 – нач.20 века)	12	2	4	6
Первый	Тема5. ФКиС в зарубежных странах во второй половине 20 века (Новейшее время)	8	2	2	4
Раздел 2. История физической культуры и спорта в России					
Первый	Тема1. ФКиС в России с древнейших времен до начала 18 века	10	2	4	4
Первый	Тема2. ФКиС в Российской Империи с 18 в. до второй половины 19 в.	8	2	2	4
Первый	Тема3. ФКиС в России с 19 века до середины 20 века	12	2	4	6
Первый	Тема4. ФКиС в Российской федерации после распада СССР	9	2	2	5
Раздел 3. История Международного спортивного и олимпийского движения					
Первый	Тема1. Возникновение и развитие Международного спортивного и Олимпийского движения	11	1	4	6

<i>Первый</i>	Тема2. Современное Олимпийское движение	12	1	4	7
	Итого:	108	20	34	54

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачётом во втором семестре в соответствии с объемными требованиями.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Голощапов, Б.Р. История физической культуры и спорта : учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / Б.Р. Голощапов. - 8-е изд., перераб. - М. : Академия, 2011. - 320 с.
2. Голощапов, Б.Р. История физической культуры и спорта : учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / Б.Р. Голощапов. - М., 2012. - 311 с.
3. Григоревич, В.В. Всеобщая история физической культуры и спорта : учеб.пособие / В.В. Григоревич. - М.: Советский спорт, 2008. - 288 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Агеев, В.У. Лесгафтовцы – творцы олимпийское золото/ В.У. Агеев, В.А. Таймазов. - С-Пб., 2010.-284с.
2. Белюков, Д.А. История физической культуры и спорта Псковской губернии в конце XIX – начале XX вв. Монография/ Д.А. Белюков. – Великие Луки, 2011. – 292с.
3. Белюков, Д.А. Очерки истории физической культуры и спорта Псковского края/ Д.А. Белюков. - Великие Луки, 2012. – 228с.
4. Олимпийский учебник студента: учеб. пособие для олимпийского образования в высших учебных заведениях/ В.С. Родиченко и др. Олимпийский комитет России.-9-е изд., перераб. и доп. – М.: Советский спорт, 2011.-136с.
5. Родиченко В. Олимпийская идея для России.- М., 2011.- 320с.
6. Суник, А. Очерки отечественной историографии истории физической культуры и спорта/ А. Суник. – М., 2010.-616с.

3.8. Рабочая программа учебной дисциплины «Менеджмент» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» по профилю подготовки - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Степанов А.А., к.э.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основная цель дисциплины в соответствии с общей образовательной программой подготовки бакалавров адаптивной физической культуры - обеспечить бакалавров по профилю подготовки - адаптивное физическое воспитание современными знаниями основ функционирования систем управления, необходимыми для освоения профессиональных навыков и компетенций.

Управленческие знания и компетенции универсальны. И могут использоваться для совершенствования деятельности направленной на создание и осуществление комплекса мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию, и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями, преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также сознанию необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества.

Результатами освоения дисциплины станет формирование таких представлений о теории менеджмента, как общая теория управления, закономерности управления различными системами, управление социально-экономическими системами (организацией), концепция менеджмента, научные школы менеджмента, функции менеджмента (планирование, организация, мотивация, контроль), что позволит использовать функции и потенциал менеджмента для совершенствования деятельности профессионалов и организаций в сфере адаптивной физической культуры.

Обучение теоретическим представлениям и навыкам в сфере управления организуется через освоение коммуникативных и мотивационных процессов в коллективе людей, основ формирования формальных и неформальных структур в организации.

Специфика дисциплины требует применения различных интерактивных форм обучения (деловые игры, кейсы, тренинги) которые позволяют сформировать навыки анализа и интерпретации информации в процессе принятия и обоснования управленческих решений.

Заявленная цель дисциплины соответствует общей образовательной программе подготовки будущего специалиста (бакалавра) в сфере адаптивной физической культуры.

Задачи дисциплины

- ознакомить обучающихся с современной теорией менеджмента;
- сформировать основы экономического мышления и обосновать необходимость применения принципов эффективного менеджмента в условиях российского рынка;
- развить способности идентификации управленческих проблем и методов их решения;
- обучить практическим навыкам управленческой деятельности.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Программа и содержание дисциплины «Менеджмент» относится к вариативной части гуманитарного, социального и экономического цикла (Б 1.2.).

Для изучения дисциплины необходимо обладать знаниями, полученными при изучении дисциплин: - гуманитарного, социального и экономического цикла (Б 1.1.) и дисциплин математического и естественнонаучного цикла (Б 2).

Дисциплина «Менеджмент» имеет взаимосвязь со следующими дисциплинами профессионального цикла (Б 3) спортивный менеджмент и экономика гуманитарного, социального и экономического цикла (Б 1.2.)

Методологической основой курса являются общая теория систем и системный анализ, которые относятся к общенаучным методам и могут быть использованы для формирования навыков и компетенций бакалавров адаптивной физической культуры.

Изучение дисциплины должно способствовать формированию практических навыков по формированию и обоснованию управленческих решений и анализа различных источников информации.

В рамках лекций предполагается систематическое, последовательное, монологическое изложение преподавателем учебного материала теоретического характера. Практические занятия направлены на закрепление полученных знаний, конкретизацию и углубленную проработку лекционного материала, проверку самостоятельной работы. Самостоятельная работа направлена на углубленное освоение тем программы.

Особенностью изложения данной дисциплины является необходимость использования в рамках учебного процесса интерактивных форм обучения, в том числе анализ реальных управленческих ситуаций. Это предполагает сочетание индивидуальных и групповых форм проведения занятий, а также осуществления самостоятельной работы студентов.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-1, ОК-2, ОК-3, ОК-6, ОК-9, ОК-11, ОК-12, ОК-13.

ПК-6, ПК-10, ПК-11, ПК-12, ПК-14, ПК-15.

В результате освоения дисциплины студент должен

Знать:

- основные этапы развития менеджмента как науки и профессии, принципы развития и закономерности функционирования и современные концепции организации в т.ч. особенности менталитета и исторического развития различных культур и их учет в процессе выполнения функций менеджмента;
- роли, функции и задачи менеджера в современной организации, типы организационных структур, их основные параметры, принципы и методы организации и управления малыми коллективами.
- принципы целеполагания, виды и методы организационного планирования и контроля, умением определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- виды управленческих решений и методы их принятия;
- основные теории и концепции взаимодействия людей в организации, включая вопросы мотивации, групповой динамики, в т.ч. основные причины и условия возникновения негативного социального поведения способы и приемы воспитания у лиц с отклонениями в состоянии здоровья активного отрицательного отношения к этим явлениям

Уметь:

- ставить цели и формулировать задачи, связанные с реализацией профессиональных функций, изучать коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;
- использовать основные положения и методы социальных, гуманитарных и экономических наук при решении социальных и профессиональных задач;
- анализировать внешнюю и внутреннюю среду организации, выявлять ее ключевые элементы и оценивать их влияние на организацию;
- анализировать организационную структуру и разрабатывать предложения по ее совершенствованию;

- управлять возникшей ситуацией, демонстрировать способности в решении задач в сфере профессиональной деятельности, проводить профилактическую работу по недопущению негативных социальных явлений в жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

Владеть:

- способностью анализировать социально значимые проблемы и процессы, методами реализации основных управленческих функций (принятие решений, организация, мотивирование и контроль);
- методами взаимодействия (кооперации) с коллегами, работе в коллективе, современными технологиями эффективного влияния на индивидуальное и групповое поведение в организации;
- умением определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья, навыками принимать рациональные решения в рамках экономического поведения с учетом особенностей национального менталитета и рынка;
- технологиями саморазвития, стремиться к повышению своей квалификации и мастерства, принимать ответственность за свои профессиональные действия;

Материально-техническое обеспечение

Образовательный процесс происходит в учебных аудиториях. Помещения укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами для представления учебной информации студентам. Используются наборы демонстрационного оборудования обеспечивающих показ тематических иллюстраций в т.ч. во время проведения лекционных занятий.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

В рамках курса помимо практических занятий проводятся конкретные ситуации и деловые игры по темам курса направленные на развитие навыков самостоятельного анализа ситуации:

1. Генри Форд
2. Нравится ли вам ваша работа
3. Коммуникационные барьеры
4. Преодоление конфликта
5. Работа в группе и др.

Примерная тематика рефератов

1. Сущность понятия "управление", его отличие от менеджмента.
2. Основные виды управления.
3. Организация и управление.
4. Факторы внешней среды организации: прямого и косвенного воздействия.
5. Факторы внутренней среды организации: цели, задачи, работники, технология, квалификация.
6. Система управления, ее составляющие: субъект управления, объект управления, прямые связи и обратные связи.
7. Общие принципы управления: планомерность, целенаправленность, стимулирование, иерархичность, компетентность, дисциплина.
8. Частные принципы управления.
9. Взаимосвязь общих функций управления известных российских и зарубежных предприятий. Аналитический обзор экономической прессы.
10. Какие функции управления предприятием преобладают в российских организациях? Аналитический обзор периодики экономической направленности.

11. Какие функции управления преобладают в зарубежных организациях? Анализ финансово-экономических журналов.
12. Возникновение и развитие менеджмента. Общая характеристика основных направлений менеджмента. Эволюция частного и государственного управления.
13. Научный менеджмент. Фредерик Уинслоу Тейлор, его вклад в науку. Последователи Тейлора: Джилбретты, Генри Гантт, Генри Форд и др. Эволюция научного менеджмента. Наука управления. Исследование операций. Кибернетический подход в управлении. Автоматизация управления.
14. Административная школа менеджмента. Вклад в менеджмент А. Файоля, М. Вебера, Г. Эмерсона и др. Эволюция и развитие направления.
15. Социально-психологическое направление в менеджменте. Теория человеческих отношений. Элтон Мэйо и Хоторнские эксперименты. Честер Барнард и теория "приемлемости власти". Дуглас МакГрегор и Теории "Х" и "У".
16. Системный подход. Вклад Питера Друкера в менеджмент. Теория "7 – S". Концепция У. Оучи. Ситуационные теории.
17. Ф. Джилбрет и изучение трудовых движений.
18. Психология менеджмента Л. Джилбрет.
19. Изучение утомляемости на работе (Джилбретты).
20. Вклад Г. Гантта в менеджмент.
21. Описание Хоторнских экспериментов.
22. Теория управления М. П. Фоллетт.
23. Эксперименты Ф. У. Тейлора и др.

Перечень вопросов к зачёту

1. Сущность и генезис развития менеджмента как научной дисциплины.
2. Условия возникновения и развития менеджмента как профессиональной деятельности.
3. Этапы и школы менеджмента; разнообразие моделей менеджмента: американский, японский, европейский и др.
4. Современные тенденции развития менеджмента.
5. Научный менеджмент (Тейлор) и школа человеческих отношений (Мейо) сравнительный анализ подходов.
6. Менеджмент как процесс. Функции и принципы менеджмента.
7. Методологические основы менеджмента: функции и структура современного менеджмента.
8. Менеджмент как процесс. Организация систем управления.
9. Принципы управления. Этапы и виды управления.
10. Планирование - как основа управления. виды планов в организации.
11. Стратегическое управление коммерческим предприятием.
12. Система планирования в организации. Виды планирования. Пирамида планирования.
13. Разработка стратегического плана. Методы реализации стратегии.
14. Инструменты реализации стратегического плана. Оценка стратегического плана.
15. Сравнительный анализ стратегического и оперативного управления и планирования.
16. Формы внутрифирменного планирования. Централизованная и децентрализованная системы.
17. Субъекты и объекты управленческого решения. Процесс принятия управленческого решения.
18. Мотивация как функция управления. Содержательные теории мотивации.
19. Мотивация как функция управления. Процессуальные теории мотивации.
20. Контроль как функция управления. Необходимость контроля.
21. Контроль как функция управления. Виды контроля.
22. Контроль как функция управления. Процесс контроля.
23. Типы организационных структур управления.
24. Адаптивные структуры управления.

25. Бюрократические структуры управления.
26. Организация как функция управления. Внутренняя и внешняя среда организации.
27. Система управления, ее составляющие: субъект управления, объект управления, прямые связи и обратные связи.
28. Факторы внешней среды организации: прямого и косвенного воздействия.
29. Факторы внутренней среды организации: цели, задачи, работники, технология, квалификация.
30. Мотивация деятельности в менеджменте. Мотивация как функция управления\

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
второй	Тема 1. Этапы и школы менеджмента.	16	2	4	10
второй	Тема 2. Методологические основы менеджмента: функции и структура современного менеджмента	14	2	4	8
второй	Тема 3. Сущность планирования в коммерческой организации	14	2	4	8
второй	Тема 4. Мотивация деятельности в менеджменте	14	2	4	8
второй	Тема 5. Организация и контроль - как функции управления.	14	2	4	8
	Итого	72	10	20	42

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачетом (4 семестр). Итоговый контроль (ЗАЧЕТ) проводится в форме ответов на вопросы.

Зачет по курсу может быть выставлен по текущей успеваемости при соблюдении следующих условий:

1. Посещение занятий и лекций в соответствии с календарно-тематическим планом дисциплины (занятия пропущенные по уважительным причинам могут быть учтены по согласованию с преподавателем, но не более 2 «пропусков» за семестр).
2. Все задания и контрольные работы, запланированные в рамках курса, должны быть сданы вовремя и на положительную оценку. Студент может пересдать не более одной оценки «не удовлетворительно» за семестр до начала сессии по согласованию с преподавателем.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Ключников, А.В. Основы менеджмента : учеб. пособие / А.В. Ключников, Рос.междунар.акад.туризма. - М. : Советский спорт, 2010. - 172 с.
2. Максименко Г.Б. Менеджмент: учеб. пособие для студ. вузов / Г.Б. Максименко. - 2-е изд. - М.: Дашков и К, 2009. - 364 с.
3. Менеджмент: учебник / М.П. Переверзев, Н.А. Шайденко, Л.Е. Басовский. - 2-е изд., доп. и перераб. - М.: ИНФРА-М, 2011. - 330 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Кисляков, Г.В. Менеджмент: основные термины и понятия : словарь / Г.В. Кисляков, Н.А. Кислякова. - 2-е изд. - М. : ИНФРА-М, 2012. - 176 с.

- 2 Менеджмент. Краткий курс : пособие студ. для подготовки к экзаменам / авт.-сост. М.И. Басаков. - 4-е изд., испр. и доп. - М. : Дашков и К, 2012. - 148 с.

Периодические издания:

1. Менеджмент в России и за рубежом: журнал
 2. «Проблемы теории и практики управления», журнал
- Программное обеспечение и Интернет-ресурсы
1. <http://www.aup.ru> Административно-Управленческий Портал - Публикации по экономике, финансам, менеджменту и маркетингу
 2. <http://www.consulting.ru> Консалтинговый сайт. Материалы анализа и исследований компаний, рекомендации по структурам, формированию культуры и т.д.
 3. <http://www.cfin.ru> Корпоративный менеджмент. Материалы и публикации по всем отраслям менеджмента, в том числе теоретико-методологического характера.
 4. <http://www.profy.ru> Публикации, статьи и методические материалы по теории организации и менеджменту
 5. <http://www.ptpu.ru> Сайт журнала «Проблемы теории и практики управления». Публикации, статьи и методические материалы по менеджменту
 6. <http://www.devbusiness.ru> Сайт «Развитие Бизнеса». Материалы по организационному дизайну и анализу организаций.
 7. <http://www.emd.ru> Сайт компании «Евроменеджмент». Обзоры зарубежного и российского опыта управления современными организациями.
 8. <http://www.econline.h1.ru> – экономикс он-лайн. Сборник разнообразных ресурсов по экономике, менеджменту, теории организаций, в том числе электронные версии классических трудов.
 9. <http://superidea.ru> Идеи (и суперидеи) в сфере бизнеса
 10. <http://mc-ma.narod.ru/portal.htm> Портал «Русский менеджмент», на котором много конкретных примеров и иллюстраций из жизни современных российских организаций.

3.9. Рабочая программа учебной дисциплины **«Русский язык и культура речи»** основной образовательной программы направления подготовки 034300 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю* подготовки - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор - разработчик: ТРОФИМОВА Г.Т., к. ф. н., профессор

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цели дисциплины

В процессе изучения дисциплины «Русский язык и культура речи» дать необходимые знания выпускникам направления «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» о системе современного русского языка на разных его уровнях – фонетическом, лексико-фразеологическом, словообразовательном, морфологическом, синтаксическом; о нормах словоупотребления.

Результатами освоения дисциплины станут сформированные навыки применения норм русской грамматики, орфографии, пунктуации и их возможной вариативности; навыки владения различными формами и видами устной и письменной коммуникации в учебной и профессиональной деятельности, владение основами эффективного общения и этики речевого поведения, приемами эффективной самопрезентации.

Основным подходом к решению образовательных проблем является оценка речевого поведения, соотношение речевых поступков с конкретной ситуацией общения. Изучение системы словоупотребления будет способствовать формированию общекультурной системы взглядов бакалавров.

Задачи дисциплины

Для достижения указанных целей необходимо решить следующие задачи:

- научить владению фонетическими, морфологическими, лексико-фразеологическими, синтаксическими нормами современного русского литературного языка;
- выработать навыки обнаружения и исправления лексико-грамматических, орфографических и пунктуационных ошибок в текстах;
- способствовать овладению основными терминами и понятиями профессиональной деятельности;
- добиться умения грамотно и квалифицированно давать лексико-грамматический анализ любого текста;
- владеть навыками формирования собственных текстов с учётом законов языка и логики мышления;
- овладеть навыками публичного выступления в профессиональной деятельности;
- использовать на практике приемы эффективной тактики и техники ведения диалога, правила эффективного общения и этику речевого поведения.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Русский язык и культура речи» относится к гуманитарному, социальному и экономическому циклу (Б 1) и является вариативной частью. В процессе изучения дисциплины студенты- первокурсники опираются на знания, полученные при изучении школьной программы по русскому языку и словесности, и получают возможность дальнейшего совершенствования навыков устной и письменной речи с использованием необходимых норм современного русского языка и его функциональной стилистики.

Особенность дисциплины состоит в формировании знаний и навыков, определяющих языковую культуру, развитие коммуникативных качеств, публичного выступления. Дисциплина призвана способствовать развитию навыков использования языковых знаний в различных видах деятельности; приобретению культурного опыта.

В рамках лекций предполагается систематическое, последовательное, монологическое изложение преподавателем учебного материала теоретического характера. Лекционный курс рассматривает вопросы современного русского языка на разных его уровнях. Практические занятия направлены на закрепление полученных знаний, конкретизацию и углубленную проработку лекционного материала, проверку самостоятельной работы. Освоение курса предполагает, помимо посещения лекций и практических занятий, написание доклада на одну из предложенных тем. Самостоятельная работа направлена на углубленное освоение тем программы, включает подготовку докладов, а также углубление знаний и навыков, полученных на практических занятиях. Используются интерактивные формы – компьютерное тестирование, деловые игры.

Образовательный процесс происходит в учебных аудиториях. Помещения укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами для представления учебной информации студентам. Используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающих показ тематических иллюстраций во время проведения лекционных занятий и занятий, проводимых в интерактивных формах.

Требования к результатам освоения дисциплины.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-1, ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-9. Использовать имеющиеся знания при овладении ПК-4.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- фонетические, морфологические, лексико-фразеологические, синтаксические нормы современного русского литературного языка;
- основные термины и понятия профессиональной деятельности;
- правила грамотного и квалифицированного лексико-грамматического анализа любого текста;

уметь:

- применять нормы русской грамматики, орфографии, пунктуации и их возможную вариативность в учебной и профессиональной деятельности;
- использовать адекватные языковые средства, соответствующие ситуации общения;
- правильно и квалифицированно давать лексико-грамматический анализ любого текста;
- вести диалог, эффективно выступать в массовых аудиториях;
- применять тактики и техники эффективного общения и этику речевого поведения.

владеть

- литературным русским языком, навыками грамотного письма;
- различными видами, формами устной и письменной речи в межличностном и профессиональном общении.
- навыками межличностной и деловой коммуникации в устной и письменной формах;
- приёмами общения межличностного и коллективного.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины.

Раздел 1. Русский язык как способ существования русского национального мышления и русской культуры.

Раздел 2. Типы речевых ситуаций и функциональные разновидности современного русского языка

Раздел 3. Коммуникативная и лингвистическая компетенция носителя современного русского литературного языка

Раздел 4. Механизмы порождения и восприятия устной и письменной речи и сознательное овладение способами ее подготовки и контроля.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы.

1. Стили современного русского литературного языка
2. Языковая норма и ее роль в становлении и функционировании литературного языка.
3. Литературный язык, определение понятия и основные характеристики.
4. Речевое взаимодействие. Основные единицы общения.
5. Функциональные стили современного русского литературного языка и их взаимодействие.
6. Научный стиль: специфика использования различных языковых уровней в научной речи.
7. Речевые нормы учебной и научной сфер деятельности.
8. Официально-деловой стиль и сфера его функционирования.
9. Языковые формулы официальных документов.
10. Язык и стиль делового письма.
11. Язык и стиль личных документов.
12. Язык и стиль официально-распорядительных документов.
13. Публицистический стиль: жанровая дифференциация, особенности языка.
14. Требования к оформлению деловых документов. Речевой этикет документа.
15. Требования к культуре правильной речи.
16. Особенности устной публичной речи.
17. Оратор и его аудитория.
18. Подготовка к выступлению в массовой аудитории.
19. Словесное оформление публичного выступления.
20. Разговорная речь и ее особенности.
21. Роль внеязыковых факторов.
22. Требования к культуре речи.
23. Основные направления совершенствования навыков устной и письменной речи специалиста в области физической культуры и спорта.
24. Дистантное/дистанционное общение.
25. Культура делового телефона.
26. Культура общения в Интернете.

Примерная тематика рефератов.

1. Языковой портрет личности (на примере телеведущих, культурных и политических деятелей и т.д. по выбору студента).
2. Языковой облик газеты / журнала (по выбору студента).
3. Новые явления в русском языке на рубеже 20-21 столетий.
4. Виды и причины языковых ошибок и коммуникативных неудач.
5. Язык коммерческой и политической рекламы.
6. «Слово как действие» в бытовой и официальной коммуникации.
7. Современная русская языковая личность: воздействия и взаимодействия.
8. Особенности научного языка направления (обучающихся) на фоне общих лингвистических черт научного стиля.
9. Культура речи и эффективность общения.
10. Современная городская коммуникация.
11. Взаимодействие вербальных и невербальных средств передачи информации.
12. Русская языковая личность в межкультурной коммуникации.
13. Как стать гением переговоров.
14. Лингвистический анализ образцового текста.
15. Особенности речевого этикета в межкультурной коммуникации.
16. Культура общения в Интернете.
17. Экология современного русского языка.

18. Нетологизмы в устной и письменной речи.
19. Проблемы преодоления несовершенства речевой культуры современной студенческой молодежи.
20. Молодежный жаргон и его влияние на культуру речи современного молодого человека.

Перечень вопросов к экзамену (зачёту).

1. Современный русский литературный язык: понятие, этапы развития.
2. Нормы современного русского литературного языка, их нормализация и кодификация.
3. Функциональные стили современного русского литературного языка.
4. Официально-деловой стиль.
5. Этикетные нормы официально-делового стиля.
6. Официально-распорядительные документы. Требования к написанию и оформлению официально-распорядительных документов.
7. Деловое письмо.
8. Научный стиль, его виды, жанры.
9. Языковые особенности научного стиля.
10. Публицистический стиль : виды, жанры и языковые особенности.
11. Разговорный стиль.
12. Художественно-литературный стиль.
13. Богатство современного русского литературного языка.
14. Понятие культуры речи.
15. Устная публичная речь.
16. Требования к подготовке публичной речи.
17. Выразительные средства речи.
18. Понятия точности, логичности и чистоты речи.
19. Речевое взаимодействие.
20. Невербальные способы общения и их роль в устной речи.
21. Речевой этикет.
22. Речевая культура дистантного общения.
23. Трансформация жанров устной и письменной речи.
24. Прямая и косвенная речь.
25. Языковые средства и специальные приемы жанров описания и повествования.
26. Языковые средства и специальные приемы жанров рассуждения.
27. Рекламные жанры. Языковые средства и специальные приемы создания текстов рекламных жанров.
28. Жанры и композиции текстов. Основные причины неточности выбора слов, неправильного построения синтаксических конструкций и способы их устранения.
29. Способы комментирования статических элементов в текстах (рисунков, графиков, слайдов).
30. Способы подготовки и самоконтроля речи.
31. Механизмы управления письменной и устной речью, ее порождением и пониманием.
32. Использование справочных источников для подготовки устной и письменной речи.
33. Типы речевой культуры.
34. Показатели уровня речевой культуры личности.
35. Основные критерии языкового качества речи.
36. Культура делового телефона.
37. Коммуникативные качества речи.
38. Этические и эстетические качества речи.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ.

Курс обучения	Наименование разделов и тем	Всего, часов	Аудиторные занятия	Самост. Работа

			Лекции	Семинары	
Раздел 1. Русский язык как способ существования русского национального мышления и русской культуры					
Первый Курс второй семестр	Тема 1. Русский язык как система систем.	8	2	2	4
	Тема 2. Современный русский литературный язык. Нормирование и кодифицирование литературного языка.	16	2	6	8
Раздел 2. Типы речевых ситуаций и функциональные разновидности современного русского языка.					
	Тема 3. Функциональные стили современного русского языка	16	2	6	8
Раздел 3. Коммуникативная и лингвистическая компетенция носителя современного русского литературного языка					
	Тема 4. Культура речи	8	-	2	6
	Тема 5. Порождение и понимание текстов различных жанров	6	-	2	4
	Тема 6. Активное чтение	6	-	2	4
	Тема 7. Трансформация текстов, изменение их структуры и содержания: план, тезисы, конспекты, аннотации, сокращение текста или расширение подробностями.	8	-	4	4
Раздел 4. Механизмы порождения и восприятия устной и письменной речи и сознательное овладение способами ее подготовки и контроля					
	Тема 8. Механизмы порождения и восприятия устной и письменной речи и сознательное овладение способами ее подготовки и контроля.	4	-	2	2
	ИТОГО	72	6	26	40

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Форма итогового контроля – зачёт. Проведение зачёта возможно в форме ответов на вопросы по билетам; компьютерного тестирования; в форме собеседования; в форме защиты реферата или доклада по заданной теме.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

- 1) Русский язык и культура речи : учеб. для бакалавров / ред. В.И. Максимов, А.В. Голубева. - 3-е изд., перераб. и доп. - М. : Юрайт, 2012. - 382 с.
- 2) Воителева, Т.М. Русский язык и культура речи : учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / Т.М. Воителева, Е.С. Антонова. - М. : Академия, 2012. - 400 с

Рекомендуемая литература (дополнительная)

- 1) Изюмская, С.С. Русский язык и культура речи : учеб. пособие / С.С. Изюмская ; ред. Н.В. Малычева. - М. : Дашков и К; Академцентр, 2010. - 384 с.
- 2) Русский язык и культура речи : учеб. для техн. вузов / ред. В.И. Максимов. - М. : Высш. образование, 2008. - 356 с.
- 3) Мандель, Б.Р. Русский язык и культура речи: история, теория, практика : учеб. пособие / Б.Р. Мандель. - М. : Вузовский учебник, 2009. - 267 с.

3.10. Рабочая программа учебной дисциплины «**Экономика**» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Манойлов Артём Анатольевич, к.п.н., доцент кафедры

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Целью освоения учебной дисциплины «Экономика» является формирование у студентов цельного представления об экономической науке, понимание основных тенденций и особенностей её развития, усвоение студентами основ микро и макроэкономического анализа, освоение способа структурирования моделей на микро и макро уровнях, в условиях ограниченности ресурсов, формирование у студентов научного подхода к исследованию современного экономического состояния общества, выработка умения анализировать экономические явления в РФ на макро- и микроуровнях.

Подходами к решению образовательных проблем по дисциплине «Экономика» является изучение пространственных и временных рамок экономических событий, основных фактов, явлений, процессов, характеризующих экономический цикл развития.

Изучение системы представлений об особенностях экономической теории будет способствовать формированию общекультурной системы взглядов бакалавров.

Задачи дисциплины

- выработать у студентов основы экономического мышления;
- научить выделять особенности российской экономики на фоне международного сообщества;
- выработать навыки микро- и макроэкономического анализа;
- разъяснить различия теоретических основ функционирования экономических систем, структуры мировой и российской экономики;
- вооружить студентов объемом знаний по особенностям функционирования рыночной экономики в России;
- научить применять полученные знания в реальной жизни и в будущей производственной деятельности.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Экономика» относится к вариативной части, гуманитарного, социального и экономического цикла (Б 1.2.).

Для освоения данной дисциплины обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, которые они получили в процессе изучения дисциплин «Социология», «Математика», «История». Особенность дисциплины состоит в формировании знаний и навыков, позволяющих анализировать социальные и экономические процессы, а также основные закономерности функционирования современного мира. Дисциплина призвана способствовать развитию навыков использования знаний в области экономики, сбора информации и культуры экономического мышления.

В рамках лекций предполагается систематическое, последовательное, монологическое изложение преподавателем учебного материала теоретического характера. Лекционный курс рассматривает основные экономические категории микро– и макроэкономики, истории экономических учений и закономерности функционирования рыночной системы. В процессе занятий раскрывается механизм развития у студентов экономического мышления, способности к самостоятельной предпринимательской деятельности в современных рыночных условиях.

Практические занятия направлены на закрепление полученных знаний, конкретизацию и углубленную проработку лекционного материала, проверку самостоятельной работы. Освоение

курса предполагает, помимо посещения лекций и практических занятий, написание реферата на одну из предложенных тем. Самостоятельная работа направлена на углубленное освоение тем программы, включает подготовку докладов, а также углубление знаний и навыков, полученных на практических занятиях. Используются интерактивные формы в виде компьютерного тестирования и деловых игр по темам: «Великие экономисты мира», «Равновесие монополии», «Эффективная экономика», «Международная торговля (или «война»)», «Продавцы и покупатели: теория выживания».

Образовательный процесс происходит в учебных аудиториях. Помещения должны быть укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами для представления учебной информации студентам. Используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающих показ тематических иллюстраций во время проведения лекционных занятий и занятий, проводимых в интерактивных формах.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ПК-1, ПК-8, ПК-9, ПК-12.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- теоретические, нормативно-правовые основы профориентации в экономическом контексте;
- важнейшие отрасли и этапы развития экономического знания;
- виды финансово-экономической деятельности в российской экономике;
- основные научные школы, направления, концепции и источники экономического знания;
- способы приобретения, хранения и передачи социально-экономического опыта;

уметь:

- использовать в профессиональной деятельности основные законы экономического развития;
- определять приоритеты профориентационной работы, организовывать и планировать профориентационную работу в современной экономической ситуации;
- рассчитывать издержки производства в различных отраслях экономики;
- проводить консультации, профессиональное обследование, тренинги для активизации профессионального самоопределения обучающихся в контексте рыночных отношений;
- анализировать мировоззренческие и социальные проблемы и процессы, основные экономические события в своей стране и за её пределами;

владеть:

- навыками активного слушания, специальной терминологией и лексикой;
- навыками поиска экономической информации;
- основами методов исследования в экономических науках и их практического применения;
- методами и формами профориентационной работы в современных экономических условиях.

Материально-техническое обеспечение

Мультимедийные средства: проектор; ноутбук. Учебные фильмы. Требования к аудиториям – компьютерные классы, специально оборудованные аудитории.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Экономика» содержит разделы:

Раздел 1. Введение в экономическую теорию.

Раздел 2. Микроэкономика.

Раздел 3. Макроэкономика.

Раздел 4. Особенности переходной экономики России.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Трактовка предмета экономической теории различными школами экономистов.
2. Экономическая политика, экономическая стратегия РФ в современных условиях.
3. Потребности материальные и духовные.
4. Противоречия между производством и потреблением.
5. Экономический, выбор и альтернативные издержки.
6. Факторы производства. Проблема их оптимальной комбинации и эффективной загрузки.
7. Технологический выбор и экология.
8. Эффективность производства в условиях рыночной экономики.
9. Информация и производственная функция в современных условиях.
10. Риск и неопределенность в предпринимательской деятельности.
11. Место собственности в системе экономических отношений.
12. Разгосударствление и приватизация собственности. Преобразование форм собственности в переходной экономике.
13. Необходимость, сущность, основные направления и последствия приватизации в РФ.
14. Значение многообразия форм собственности для роста эффективности национальной экономики.
15. Условия возникновения и противоречия товарного производства.
16. Рыночная стоимость и рыночная цена.
17. Современные формы денег.
18. Проблема рынка: от Д.Смита до Д. Кейнса
19. Рынок и государство.
20. Функции и противоречия рынка.
21. Условия формирования и основные признаки рыночной экономики.
22. Инфраструктура рынка.
23. Методы регулирования рынка в развитых странах и в России.
24. Теория предельной полезности. Законы Госсена - законы психологической оценки благ.
25. Теория предельной полезности: возникновение, сущность, развитие.
26. Эволюция денег: от древности до наших дней.
27. Деньги и бартер в современной экономике.
28. Недостатки антимонопольного законодательства в России.
29. Лоббирование интересов монополий в России.
30. Государство и естественные монополии.
31. Современные теории предпринимательства.
32. Функции и характеристики предпринимательства.
33. Организационно-правовые формы предпринимательской деятельности в РФ.
34. Причины банкротства современных предприятий.
35. Основные направления реструктуризации предприятия в современной России.
36. Пути и условия минимизаций издержек производства.
37. Закон убывающей производительности (доходности) производства.
38. Придельные издержки и их роль в формировании стратегии фирмы.
39. Особенности динамики постоянных, переменных и средних издержек при росте объемов производства.
40. Виды и структура издержек. Нормальная прибыль как элемент издержек.
41. Издержки производства в краткосрочном и долгосрочном периодах.
42. Сущность, виды, функции и источники прибыли фирмы.

43. Вида и функции цены в современных условиях.
44. Рынок, его структура, механизм функционирования и особенности становления в РФ.
45. Специфика закона спроса в переходной экономике.
46. Формирование предложения и равновесной цены в переходной экономике.
47. Влияние условий рынка на спрос и предложение.
48. Снятие равновесия и его устойчивость. Рыночное равновесие как условие рыночного саморегулирования. Модели равновесия.
49. Эластичность спроса и конкуренция производителей. Практическое значение эластичности спроса.
50. Олигополистический рынок: модели поведения фирм.
51. Монополистическая конкуренция: сущность, особенности, последствия.
52. Неценовая конкуренция в современном мире.
53. «Невидимая рука» А. Смита и современная конкуренция.
54. Эффективность конкурентного равновесия.
55. Цена, объем производства в условиях совершенной и несовершенной конкуренции.
56. Рынок труда и его особенности в современной России.
57. Региональные модели рынка труда.
58. Особенности индивидуального предложения труда, его отличия от отраслевого предложения труда.
59. Взаимная монополия на рынке труда в современной России.
60. Сущность заработной платы и факторы, ее определяющие на отдельной фирме и на конкурентном рынке труда.
61. Цена рабочей силы на рынке труда
62. Сущность заработной платы как экономической категории: современные трактовки.
63. Формирование институтов рынка труда в переходной экономике: проблемы и противоречия.
64. Государственная политика на рынке труда.
65. Капитал как фактор производства: различие трактовок и функций.
66. Спрос на капитал и производственная функция.
67. Предложение капитала и временное предпочтение.
68. Дисконтированная стоимость: сущность, значение для инвестиционной политики.
69. Развитие инвестиционных процессов в переходной экономике.
70. Амортизация как источник средств для развития бизнеса.
71. Социально-экономическая структура накопления в переходной экономике.

Примерная тематика рефератов

1. Трактовка предмета экономической теории различными школами экономистов.
2. Экономическая политика, экономическая стратегия Российской Федерации в современных условиях.
3. Место собственности в системе экономических отношений.
4. Интеллектуальная собственность и ее государственная защита.
5. Противоречия между производством и потреблением.
6. Экономика информационного общества.
7. Проблема рынка: от А. Смита до Д. Кейнса.
8. проблемы защиты отечественного рынка.
9. Проблема защиты отечественного рынка.
10. Закон спроса и предложения в системе рыночного механизма. Поиски свободной ниши.
11. Теория предельной полезности и трудовая теория стоимости.
12. Теория предельной полезности: возникновение, сущность, развитие.
13. Холдинги в российской экономике.
14. Производительность и рост оплаты труда.

15. Ценовая и неценовая конкуренция.
16. Этапы зарождения и развития макроэкономики (Ф. Кенэ, К. Маркс, Д. Кейнс)
17. Национальное счетоводство России и Европейский союз.
18. Цели государственного регулирования экономики и экономическая политика.
19. Национальный рынок и его равновесие.
20. Значение инвестиций для национальной экономики.
21. Теория эффективного спроса Д.М. Кейнса.
22. Формы проявления экономических кризисов перепроизводства.
23. Антикризисные меры и пути стабилизации экономики.
24. Причины безработицы в современном мире.
25. Методы борьбы с нестабильностью на рынке труда.
26. Факторы инфляции.
27. Законы денежного обращения.
28. Центральный банк и его независимость.
29. Роль кредита в развитии экономики.
30. Налогообложение: теоретические аспекты, принципы, формы.

Перечень вопросов к зачёту

1. Экономическая теория: предмет, методы и функции.
2. Экономическая система и ее элементы. Типы экономической системы.
3. Ограниченность ресурсов и проблема выбора. Кривая производственных возможностей.
4. Сущность, функции, структура и инфраструктура рынка. Достоинства и недостатки рыночного механизма.
5. Спрос. Детерминанты спроса. Изменение спроса и величины спроса (проиллюстрировать).
6. Предложение. Детерминанты предложения. Изменение предложения и величины предложения (проиллюстрировать).
7. Взаимодействие спроса и предложения. Равновесная цена. Регулирование рынка (дефицит и излишек, налоги и дотации, фиксированные цены).
8. Полезность. Общая и предельная полезность. Законы Госсена. Потребительское равновесие.
9. Порядковый подход к анализу полезности. Кривая и карта безразличия. Бюджетная линия. Равновесие потребителя.
10. Понятие издержек фирмы. Издержки в краткосрочном и долгосрочном периодах. Эффект масштаба.
11. Конкуренция как элемент рыночного механизма. Типы рыночных структур.
12. Особенности рынка факторов производства.
13. Рынок труда. Зарботная плата и её виды. Причины различий в зарплате на разных рынках.
14. Понятие капитала. Основной и оборотный капитал. Спрос на капитал и предложение капитала.
15. Рынок земли: спрос и предложение. Земельная рента и её виды.
16. Модели кругооборота в макроэкономике.
17. Расчет ВВП по доходам и расходам. Номинальный и реальный ВВП, дефлятор ВВП.
18. Макроэкономическое равновесие. Модель «совокупный спрос – совокупное предложение» (AD-AS). «Кейнсианский крест».
19. Деньги и их функции. Денежные агрегаты в рыночной экономике. Предложение денег.
20. Понятие безработицы и ее причины. Классификация видов безработицы. Экономические и социальные издержки безработицы. Закон Оукена.
21. Понятие инфляции. Причины и измерение инфляции. Кривая Филипса.

22. Классификация видов инфляции. Социально-экономические последствия инфляции.
23. Кредитно-денежная (монетарная) политика: понятие, виды и цели. Методы денежно-кредитной политики.
24. Бюджетно-налоговая (фискальная) политика: понятие, виды и цели. Концепции формирования государственного бюджета.
25. Основные принципы построения налоговой системы. Кривая Лаффера.
26. Государственный бюджет. Дефицит государственного бюджета и его виды. Методы покрытия.
27. Государственный долг. Внутренний и внешний государственный долг.
28. Причины, цели и границы государственного вмешательства. Формы и методы государственного регулирования экономики.
29. Пути и модели приватизации. Этапы и итоги приватизации.
30. Особенности переходной экономики Российской Федерации.
31. Особенности банковской системы Российской Федерации.
32. Кредит и его функции. Принципы кредитования.
33. Формы кредита.
34. Роль и функции ЦБ России.
35. Деятельность коммерческих банков. Активные и пассивные операции КБ.
36. Меркантилизм и его принципы.
37. Классическая политэкономия.
38. Марксистский этап в развитии экономической теории.
39. Кейнсианское направление в экономической науке.
40. Неоклассическое направление в экономической теории.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Семинарские занятия	
1	Раздел 1. Введение в экономическую теорию.				
	1.1. Введение в экономическую теорию.	6	2	2	2
2	Раздел 2. Микроэкономика.				
	2.1. Спрос и предложение в механизме рынка.	6	2	2	2
	2.2. Теория поведения потребителя.	8	2	2	4
	2.3. Производственная функция.	2	-	-	2
	2.4. Издержки фирмы.	6	2	2	2
	2.5. Конкуренция и монополия.	10	4	2	4
	2.6. Рынок труда. Заработная плата.	8	2	2	4
	2.7. Рынок капитала.	8	2	2	4
	2.8. Рынок земли.	6	2	2	2
3	Раздел 3. Макроэкономика.				
	3.1. Государство в рыночной экономике.	6	2	2	2
	3.2. Национальная экономика как целое.	8	2	2	4
	3.3. Макроэкономическое равновесие.	8	2	2	4

	3.4. Макроэкономическая нестабильность: безработица и инфляция.	8	2	2	4
	3.5. Денежная, банковская система.	4	-	-	4
	3.6. Бюджетно-налоговая политика в рыночной экономике.	8	2	2	4
	3.7. Международные экономические отношения.	2	-	-	2
4	Раздел 4. Особенности переходной экономики России.				
	4.1. Особенности переходной экономики России	4	-	-	4
	Итого	108	28	26	54

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на третьем курсе завершается зачетом. Итоговый контроль (зачет) проводится в форме устных ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендованная литература (основная)

1. Носова, С.С. Экономическая теория: учебник / С.С. Носова. - 3-е изд., стер. - М. : КНОРУС, 2010. - 798 с.
2. Пястолов, С.М. Экономика : учеб. для студ. учреждений выс. проф. образования / С.М. Пястолов. - М. : Академия, 2012. - 288 с.
3. Салов, А.И. Экономика: конспект лекций / А.И. Салов. - М.: ИД Юрайт, 2010. - 189 с.

Рекомендованная литература (дополнительная)

1. Агапова, И.И. История экономики : учеб. пособие / И.И. Агапова. - М. : Магистр, 2009. - 176 с.
2. Бардовский, В.П. Экономика: учебник / В.П. Бардовский, О.В. Рудакова, Е.М. Самородова. - М. : ИД «Форум»; ИНФРА-М, 2009. - 672 с.
3. Гладков, И.С. Экономика: экономическая теория, история экономики, мировая экономика, международные экономические отношения : интегрирован. учеб. курс / И.С. Гладков, Е.А. Марыганова, Е.И. Суслова. - М.: КНОРУС, 2008. - 448 с.

Рекомендуемый перечень Интернет-ресурсов

1. Официальные источники: министерства и ведомства
<http://www.fcsn.ru> ФКЦБ
<http://www.disclosure.fcsn.ru> Сайт раскрытия информации ФКЦБ
<http://www.minfin.ru> Министерство финансов РФ
<http://www.economy.gov.ru> Минэкономразвития РФ
<http://www.fpf.ru> РФФИ
<http://www.nalog.ru> Министерство по налогам и сборам РФ
<http://www.gks.ru> Госкомитет по статистике РФ
<http://www.mosstat.ru> Московский городской комитет по статистике
<http://www.fcsn.ru> ЦБ РФ
2. Источники сравнительной информации (оценка бизнеса)
<http://www.rts.ru> РТС (фондовая площадка)
<http://www.micex.ru> ММВБ (фондовая секция)
<http://www.spbex.ru> Биржа «Санкт-Петербург»
<http://www.sice.ru> Сибирская МВБ (Новосибирск)
<http://www.skrin.ru> Система комплексного раскрытия информации НАУФОР
<http://www.disclosure.interfax.ru> Система раскрытия информации ФКЦБ
3. Источники информации аналитического характера по экономике и финансам
<http://www.prime-tass.ru> Агентство Прайм-Тасс

http://www.akm.ru	АКМ
http://www.rbc.ru	Росбизнесконсалтинг
http://www.expert.ru	Журнал «Эксперт»
http://www.vedomosti.ru	Газета «Ведомости»
http://www.kommersant.ru	Газета «Коммерсант»

4. Инвестиционные и брокерские компании

http://www.troyka.ru	ИК «Тройка-диалог»
http://www.aton.ru	ИК «Атон»
http://www.olma.ru	ИК «Олма»

5. Зарубежные источники информации

http://www.hoovers.ru	Исследовательская служба Гувера
http://www.sec.gov.ru	Официальный сайт раскрытия информации Комиссии по ценным бумагам и биржам США

3.11. Рабочая программа учебной дисциплины «Психология физической культуры» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Склад Наталья Александровна, к.пс.н.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основной целью дисциплины является подготовка студентов к решению профессиональных задач психологического содержания, формирование у будущих бакалавров адаптивной физической культуры умения выделять психологические вопросы в практической деятельности, адекватно их классифицировать и находить пути их решения с учетом индивидуально-психологических особенностей занимающихся.

Задачи дисциплины

Задачи изучения данной дисциплины: создание представления о психологических основах обучения и воспитания; формирование у студентов системы специальных знаний о специфике деятельности в физическом воспитании, о значении возрастно-половых факторов в физическом воспитании и, о влиянии занятий физической культурой на формирование личности и коллектива; психологическое обоснование учебной деятельности, дидактических принципов и методов, используемых при обучении; формирование навыков развития психомоторных и познавательных способностей, эмоционально-волевой и мотивационной сферы школьников; формирование навыков управления коллективами.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина по выбору относится к вариативной части гуманитарного, социального и экономического цикла дисциплин.

- Содержание данной учебной дисциплины тесно связано с дисциплинами «Психология и педагогика», «Педагогика физической культуры», «Теория и методика физической культуры» является основой для освоения таких дисциплин как «Специальная психология», «Адаптивное воспитание школьников».

Данная дисциплина формирует у студентов основы психологических знаний, которые подготовят их к самостоятельной учебно-педагогической и психолого-педагогической работе, способствует пониманию некоторых психических феноменов в области педагогической деятельности и помогает в развитии психологических способностей.

- Разработанный учебно-методический комплекс представляет собой систематизированное представление учебного материала, отражающего закономерности проявления психики человека в процессе занятий физической культурой. Отражены и вопросы становления общественно полезных личностных качеств и профессионально важных свойств будущего бакалавра в области адаптивной физической культуры.

- Программа дисциплины разработана для студентов, чья психологическая культура войдет органичными частями в структуру их будущей профессиональной деятельности. Знания по психологии физической культуры помогут формированию целостного представления студента о личностных особенностях человека как факторе успешности овладения и осуществления им учебной деятельности; позволят более эффективно принимать решения с опорой на знание психологической природы человека; применять на практике методы, средства обучения и воспитания, ориентироваться в современных проблемах образования.

- Учебная работа (108 часов) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий (50 часов) являются лекции, которые обеспечивают должный уровень теоретической и методологической подготовки будущих бакалавров, а также практические занятия, направленные на закрепление усвоенного на лекциях

материала, апробирование методик, упражнений и решение задач по темам данной дисциплины.

Внеаудиторные работа (58 часов) предполагает самостоятельное изучение некоторых вопросов дисциплины, психодиагностический практикум и рефлексии знаний и умений, полученных на лекционных занятиях.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-4, ОК-6, ОК-9, ОК – 10, ОК-11, ОК-12, ПК-1, ПК-6, ПК-8, ПК-10, ПК-11, ПК-16, ПК-19, ПК-20, ПК-24.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- психологические основы процесса занятий физической культурой;
- объективные связи обучения, воспитания и развития личности в образовательном процессе;
- характер влияния занятий физической культурой на протекание различных психических процессов человека, который связан с формированием психологических основ двигательного развития;
- иметь представление о мотивации и психической регуляции поведения и деятельности;
- основные методы психодиагностики для изучения личности учащегося и коллектива.

уметь:

- использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для воспитания потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;
- использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных и психологических особенностей занимающихся;
- выделять психологические вопросы в содержании профессиональной деятельности бакалавра адаптивной физической культуры;
- находить пути решения психологических проблем, связанных с деятельностью в области физического воспитания;
- применять средства физического воспитания с целью активизации психических процессов и повышения умственной работоспособности;
- использовать методы психологического исследования в практической деятельности.

овладеть:

- понятийно-категориальным аппаратом дисциплины;
- способами диагностики результатов педагогического процесса;
- методикой реализации индивидуального подхода к обучающимся с учетом возрастно-половых психологических особенностей;
- приемами и средствами формирования мотивации у учащихся к занятиям физической культурой.

Материально-техническое обеспечение

Реализация учебной дисциплины «Психология физической культуры» осуществляется с использованием материально-технической базы, обеспечивающей проведение всех видов учебных занятий обучающихся, предусмотренных данным учебно-методическим комплексом:

- аудитории, оборудованные мультимедийными средствами обучения;
- современное техническое обеспечение, в частности ноутбук, проектор, настенный экран, и современные компьютерные программы (Power Point);
- помещения для проведения психологических тренингов и групповых занятий;
- практический инструментарий (психодиагностические методики: тест «Оценка профессиональной направленности личности учителя», анкета «Изучение профессионального педагогического сознания», тест для изучения профессиональной позиции учителя в педагогическом общении, социометрия, тест «Наблюдательны ли

Вы?»), тест «Умение слушать», опросник изучения эмпатийных способностей В.В. Бойко);

- библиотечный фонд ВУЗа, представленный учебниками, учебными пособиями, методическими разработками.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Возникновение и развитие психологии ФК. Факторы становления и развития отечественной психологии ФК.
2. Роль ученых в развитии отечественной психологической науки и основные научные труды: И.М.Сеченов, И.П.Павлов, П.Ф.Лесгафт, Н.А.Бернштейн, А.Ц.Пуни, П.А.Рудик и др.
3. Основные методы получения информации в психологии ФК.
4. Невнимательность учащихся, ее причины и последствия.
5. Возрастные особенности внимания школьников. Развитие внимания на уроках физической культуры.
6. Организация эффективного восприятия учебного материала на уроке физической культуры.
7. Факторы, влияющие на запоминание учебного материала. Возрастные особенности памяти.
8. Закрепление в памяти учебного материала. Критерии усвоения учебного материала.
9. Возрастные психологические особенности воспитания двигательных навыков и качеств.
10. Профориентационная работа учителя физической культуры. Профессиональная ориентация школьников-спортсменов на профессию учителя физической культуры.
11. Задачи учителя физической культуры по руководству самовоспитанием учащихся. Типичные ошибки самовоспитания учащихся.
12. Стили деятельности и руководства учителей физической культуры. Особенности руководства у учителей физической культуры разного пола.
13. Этапы становления педагогического сознания. Кризисы становления педагогического сознания.
14. Механизмы межличностного восприятия в педагогическом процессе. Факторы социально-перцептивных искажений в учебном процессе.
15. Барьеры педагогического общения.

Перечень вопросов к зачету

1. Предмет и задачи психологии физической культуры.
2. Возникновение и развитие психологии ФК. Факторы становления и развития отечественной психологии ФК.
3. Роль ученых в развитии отечественной психологической науки и основные научные труды: И.М.Сеченов, И.П.Павлов, П.Ф.Лесгафт, Н.А.Бернштейн, А.Ц.Пуни, П.А.Рудик и др.
4. Основные методы получения информации в психологии ФК.
5. Удовлетворение потребности в движении как функциональная основа влияния двигательной деятельности на психическую сферу человека.
6. Двигательный режим, работоспособность и успеваемость школьников, занимающихся физическими упражнениями. Движение как фактор психического развития в детском и юношеском возрасте.
7. Внимание учащихся в учебной деятельности. Сущность и роль внимания в обучении. Виды внимания и их механизмы.

8. Особенности использования различных видов внимания на уроке физической культуры. Способы поддержания устойчивого внимания на уроке физической культуры.
9. Сущность восприятия, его характеристики и роль в обучении. Этапы и уровни восприятия.
10. Виды восприятия и их использование в процессе физического воспитания школьников. Свойства восприятия и их учет в процессе физического воспитания учащихся.
11. Мышление и его роль в обучении. Виды мышления и их использование на уроке физической культуры.
12. Сущность и роль памяти. Виды памяти и их механизмы. Особенности использования различных видов памяти на уроках физической культуры.
13. Виды действий в деятельности человека. Действие и движение. Действие, операция и навык. Психологическая структура двигательных навыков. Навыки, умения, привычки.
14. Формирование нравственности учащихся. Условия и этапы формирования нравственного поведения.
15. Учет возрастных особенностей личности учащегося в процессе нравственного воспитания. Формирование нравственных качеств.
16. Воспитание учащихся с отклонениями от норм поведения в процессе занятий физической культурой. Дисциплинированность как нравственное качество.
17. Психологические причины пропусков учащимися уроков. Способы воспитания дисциплинированности и исправление недисциплинированности учащихся.
18. Воспитание трудных подростков в процессе занятий физической культурой.
19. Развитие самостоятельности и формирование активной жизненной позиции учащихся в процессе занятий физической культурой.
20. Формирование общественной активности учащихся. Психологическая характеристика организаторской деятельности учащихся.
21. Трудовое воспитание учащихся на занятиях физической культурой. Самоопределение учащихся и выбор ими профессии.
22. Профориентационная работа учителя физической культуры. Профессиональная ориентация школьников-спортсменов на профессию учителя физической культуры.
23. Воспитание у учащихся стремления к самосовершенствованию в процессе занятий физической культурой.
24. Этапы и средства самовоспитания подростков и старших школьников. Возрастные особенности самовоспитания.
25. Общие цели, задачи и функции учителя физической культуры. Условия деятельности учителя физической культуры.
26. Педагогическая направленность личности учителя физической культуры.
27. Знания, умения, профессионально важные качества учителя физической культуры.
28. Динамика профессионального самосознания. Критерии эффективности деятельности учителя физической культуры.
29. Особенности адаптации к профессиональной деятельности начинающих учителей физической культуры.
30. Типичные затруднения учителя физической культуры в педагогической деятельности. Способы повышения профессионального мастерства.
31. Факторы, влияющие на удовлетворенность учителя физической культуры своей работой.
32. Методы и правила психолого-педагогического изучения личности школьника учителем физической культуры.
33. Характеристика педагогического общения. Средства общения учителя физической культуры с учащимися.
34. Стили деятельности и руководства учителей физической культуры. Особенности руководства у учителей физической культуры разного пола.

35. Экспрессивные умения учителя физической культуры. Культура речи.
36. Факторы, обуславливающие эффективность педагогического общения. Особенности общения учителя в зависимости от пола и педагогического стажа.
37. Установление взаимопонимания между учителем и учащимися. Сущность взаимопонимания и этапы его установления.
38. Механизмы межличностного восприятия в педагогическом процессе. Факторы социально-перцептивных искажений в учебном процессе.
39. Изучение и понимание учителем учеников. Сближение позиций и поддержание взаимопонимания.
40. Конфликтные ситуации и конфликты. Причины и условия возникновения конфликта учителя физической культуры с учащимися.
41. Типы конфликтных личностей и типы поведения в конфликте. Фазы развития и исходы конфликтных ситуаций.
42. Основные правила поведения учителя в конфликтной ситуации. Управление учителем конфликтом между учащимися.
43. Этапы становления педагогического сознания. Кризисы становления педагогического сознания.
44. Формы воздействия учителя на учащихся. Отметка и ее психологическое воздействие.
45. Виды активности учащихся на уроке физической культуры. Интерес к физической культуре как фактор повышения активности учащихся на уроке.
46. Удовлетворенность учащихся уроками физической культуры и факторы, ее определяющие.
47. Способы повышения активности учащихся на уроке физической культуры.
48. Психологические особенности формирования коллектива. Стадии развития коллектива учащихся.
49. Особенности малых групп детей и подростков различного возраста. Руководство малой группой.
50. Пути формирования коллектива учащихся в процессе занятий физической культурой.
51. Психологические особенности воспитания учащихся в коллективе. Общественное мнение как инструмент воздействия на личность.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
Второй	Тема 1. Введение в психологию физической культуры	16	2	2	12
Второй	Тема 2. Учащийся как субъект познания и освоения двигательных действий	12	2	4	12
Второй	Тема 3. Психологические особенности воспитания учащихся в процессе занятий физической культурой	18	4	4	11
Второй	Тема 4.	22	4	6	12

	Психологическая характеристика деятельности и личности учителя физической культуры				
<i>Второй</i>	Тема 5. Педагогическое общение как средство обучения и воспитания учащихся	15	4	6	5
<i>Второй</i>	Тема 6. Активизация деятельности учащихся на уроке физической культуры	15	2	4	2
<i>Второй</i>	Тема 7. Психология малых групп в системе физической культуры	10	2	4	4
	ИТОГО	108	20	30	58

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачетом в четвертом семестре. Зачет проводится в форме устных ответов на вопросы, которые преподаватель задает в произвольном порядке.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Горбунов, Г.Д. Психология физической культуры и спорта : учеб. для студ. вузов / Г.Д. Горбунов, Е.Н. Гогонов. - М. : Академия, 2009. - 256 с.
2. Психология физической культуры и спорта : учебник для студ. вузов / А.В. Родионов, В.Ф. Сопов, В.Н. Непопалов [и др.]. - М. : Академия, 2010. - 368 с

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Булгакова Н.Ж. Физическое развитие и физическая подготовленность школьников 12-16 лет с разным объемом двигательной активности = Physical Development and Physical Preparedness of Pupils of 12-16 Years with Different Volume of Motor Activity / Н.Ж. Булгакова, Е. А. Табакова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2004. - N 2. - С. 48-51.
[HTTP://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2004N2/p48-51.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2004N2/p48-51.htm)
2. Веревочные парки как средство повышения двигательной активности учащейся молодежи = Ropes parks as a way of increase of the motor activity of students / Козина Ж.Л., Козин С.В., Антонов О.В., Гринь Л.В. // Физическое воспитание студентов. - 2011. - N 6. - С. 40-44.
[HTTP://lib.sportedu.ru/Press/FVS/2011N6/p40-44.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/FVS/2011N6/p40-44.htm)
3. Воротилкина И.М. Развитие самостоятельности в онтогенезе = Development of Independence in Ontogenesis / И.М. Воротилкина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2005. - N 4. - С. 16-18.
[HTTP://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2005N4/p16-18.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2005N4/p16-18.htm)
4. Голубева Г.Н. Взаимосвязь уровня двигательной активности, типа подвижности и адаптации детей дошкольного возраста / Г.Н. Голубева = Interrelation of Level of Motor Activity, such as Mobility and Adaptation at Children of Preschool Age // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2006. - N 2. - С. 51-52.
[HTTP://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2006N2/p51-52.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2006N2/p51-52.htm)

5. Горбунов Ю.Я. Педагогическая технология формирования волевой активности личности в процессе физического воспитания / Ю.Я. Горбунов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2006. - N 4. - С. 18-22.
[HTTP://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2006N4/p18-22.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2006N4/p18-22.htm)
6. Губа В.П. Развитие интереса к произвольной двигательной активности младших школьников в ракурсе применения импровизационно-творческих подвижных игр : (философ.-пед. аспект) / В.П. Губа, Я.В. Казаков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2007. - N 6. - С. 56-58.
[HTTP://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2007N6/p56-58.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2007N6/p56-58.htm)
7. Гуляева А.Н. Воспитание самостоятельности как свойства личности младших школьников на уроках физической культуры / А.Н. Гуляева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2007. - N 1. - С. 28-30.
[HTTP://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2007N1/p28-30.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2007N1/p28-30.htm)
8. Гурьянов А.М. Толерантность как качество личности учителя физической культуры / А.М. Гурьянов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2007. - N 6. - С. 66-68.
[HTTP://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2007N6/p66-68.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2007N6/p66-68.htm)
9. Комков А.Г. Формирование физической активности детей и подростков как социально-педагогическая проблема = Formation of Physical Activity of Children and Teenagers as Social-Pedagogical Problem / Комков А.Г., Антипова Е.В. // Теория и практика физ. культуры. - 2003. - N 3. - С. 5-8.
[HTTP://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2003N3/p5-8.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2003N3/p5-8.htm)
10. Николаев, Ю. М. О смене парадигм теоретического знания в сфере физической культуры /С.-Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта // Теория и практика физической культуры. - 2007. - № 10. - С. 59-64. - Режим доступа: <http://www.lib.mgafk.ru>. – Загл. с экрана
11. Сахарчук Е.И. Самостоятельная работа в системе профессиональной подготовки учителя физической культуры = Independent Work in System of Professional Training of Teacher of Physical Culture / Е.И. Сахарчук, Г.В. Сорокина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2005. - N 4. - С. 57-59.
[HTTP://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2005N4/p57-59.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2005N4/p57-59.htm)
12. Сорокина Г.В. Проблемы формирования индивидуального стиля деятельности учителя физической культуры = Problems of Formation of Individual Style of Activity of Teacher of Physical Culture / Г.В. Сорокина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2005. - N 1. - С. 14-16.
[HTTP://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2005N1/p14-16.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2005N1/p14-16.htm)
13. Шилова М.И. Формирование нравственных и волевых черт характера подростков в школах спортивной ориентации : М.И. Шилова, Ю.В. Шевчук = Forming of Moral and Strong-Willed Strains of Teenagers in Sport-Oriented Schools / Шилова М.И., Шевчук Ю.В. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2005. - N 4. - С. 46-49.
[HTTP://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2005N4/p46-49.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/2005N4/p46-49.htm)
14. Якимович В.С. Цель физкультурного воспитания - человек культуры = Aim of Physical Education - Person of Culture / Якимович В.С., Кондрашов А.А. // Теория и практика физ. культуры. - 2003. - N 2. - С. 6-9.
[HTTP://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2003N2/p6-9.htm](http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2003N2/p6-9.htm)

3.11. (а)¹ Рабочая программа учебной дисциплины «Психодиагностика» основной образовательной программы направления подготовки 034400 - «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* – адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Кузьмина Екатерина Сергеевна

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основной целью дисциплины является обучение студентов-бакалавров квалифицированно и качественно проводить диагностическую работу и адекватно использовать ее результаты.

Задачи дисциплины

Дать студентам прочные теоретические знания и сформировать основные практические навыки, необходимые в работе психодиагноста. Раскрыть специфику психодиагностики как особой отрасли психологической науки, связывающей теорию с практикой. Сформировать адекватные представления о роли и месте психодиагностических методов в системе психологических обследований, возможностях, преимуществах и недостатках каждого метода. Познакомить с наиболее известными и качественными методиками психодиагностики, научить правилам проведения психодиагностических обследований, способам обработки, анализа и интерпретации результатов методик. Раскрыть основные тенденции развития психодиагностики на современном этапе. Обеспечить усвоение этических норм, обязательных для психодиагноста.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Программа дисциплины по выбору «Психодиагностика» (альтернатива) относится к вариативной части гуманитарного, социального и экономического цикла.

Учебная работа проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий (50 часов) являются лекции и семинарские занятия. На лекционных занятиях (20 часов) излагаются основные теоретические вопросы дисциплины, на семинарских занятиях (30 часов) проводится закрепление полученных знаний, рассмотрение вопросов, вынесенных на самостоятельное изучение, а также осуществляется контроль и оценка знаний студентов. Внеаудиторная работа (58 часов) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: **ОК-9; ОК-11; ОК-12; ОК-13; ПК-16.**

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- сущность, принципы организации и логику научного исследования;
- методологические основы и ведущие принципы научно-исследовательской деятельности в психолого-педагогических науках;
- основные качественные и количественные методы психологических и педагогических исследований;
- основные психометрические характеристики психологических тестов, отвечающие за их качество, надежность, валидность, достоверность, точность;
- сущность и возрастные особенности проявления психологических явлений и процессов в норме и патологии;
- возможности количественной и качественной обработки и психологической

¹ Альтернативная учебная дисциплина

интерпретации эмпирических данных.

уметь:

- определять актуальную проблему, цели и задачи исследования;
- оценить научную основательность и целесообразность используемых методик;
- обрабатывать и интерпретировать результаты проведенного исследования;
- обобщать исследовательские материалы в виде законченного текста;
- планировать и проводить экспериментальные исследования в различных отраслях психологии, выбирать основные и вспомогательные методы научного познания адекватные целям эксперимента;
- осуществлять подготовку к проведению научного исследования;
- проводить самодиагностику;
- выполнять профессиональные задачи, соблюдая принципы профессиональной этики;
- профессионально грамотно делать выбор стандартных методов и технологий при решении диагностических задач;
- определять цели психологических наблюдений и диагностики;
- применять качественные и количественные методы в психологических и педагогических исследованиях;
- осуществлять сбор и первичную обработку информации, результатов психологических наблюдений и диагностики;
- осуществлять психологически обоснованный выбор объектов наблюдений и диагностики, составлять план проведения диагностики;
- пользоваться современными психодиагностическими методиками, как в бланковом, так и в компьютерном вариантах.

овладеть:

- технологией проведения экспериментальных психологических и педагогических исследований;
- навыками группировки и обработки психодиагностической информации;
- навыками рефлексии собственной профессиональной деятельности;
- навыками составления индивидуальной программы социально-педагогической диагностики;
- навыками самостоятельного подбора конкретных методик для диагностики;
- навыками использования в профессиональной деятельности базовых знаний в области математической статистики;
- навыками различных форм представления результатов исследования;
- методами диагностики, коррекции психики в онтогенезе;
- навыками анализа и обобщения данных диагностики;
- методиками изучения личности;
- методами диагностики психических процессов в онтогенезе;
- основными методами, способами и средствами получения, хранения, переработки информации;
- методами диагностики и коррекции.

Материально-техническое обеспечение

Реализация учебной дисциплины «Психодиагностика» осуществляется с использованием материально-технической базы, обеспечивающей проведение всех видов учебных занятий: аудитории, оборудованные мультимедийными средствами обучения, практический инструментарий (Бланки методик: тест креативности Дж. Гилфорда, Тест Р. Амтхауэра, опросник Шмишека, 16-факторный опросник Р. Кеттелла, опросник мотивации А. Мехрабиан, диагностика состояния агрессии Басса-Дарки, опросник описания поведения К. Томаса), библиотечный фонд ВУЗа.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Основные направления исследований в области практического применения психодиагностики: обучение и воспитание, профотбор, судебно-психологическая экспертиза, индивидуально-психологическое консультирование. Этические аспекты психодиагностики.
2. Отечественные исследования в области диагностики интеллекта и умственного развития.
3. Методики диагностики внимания, мышления, памяти в различные возрастные периоды (дошкольный возраст, школьный возраст, период зрелости).
4. Изучение творческих способностей в отечественной психологии.
5. Исследование моторики (тесты на статическую, динамическую, координационную, скорость движений, одновременные движения, силу движений).
6. Активность и реактивность личности как основа причинных типологий индивидуальных различий.
7. Диагностика интересов и профессиональных склонностей (ДДО, анкета интересов, опросник Дж.Холланда, структура интересов).
8. Типология и диагностика свойств личности по параметру направленности.
9. Диагностика мотивации психологической активности личности.
10. Диагностика психологического климата в малых группах.
11. Методика экспресс-диагностики свойств нервной системы по психомоторным показателям Е.П.Ильина (теппинг тест).
12. Изучение вегетативных проявлений психического состояния (методика измерения частоты пульса и кожно-гальванической реакции).
13. Изучение экспрессивного компонента психических состояний.

Вопросы к зачету

1. Психодиагностика – соединительное звено между общепсихологическими исследованиями и практикой.
2. Предмет, задачи и функции психодиагностики.
3. Классификация методов психодиагностики.
4. Психодиагностический процесс.
5. Психологический диагноз и прогноз.
6. Возникновение индивидуального и группового тестирования.
7. Возникновение тестов специальных способностей и достижений.
8. Возникновение опросников и методик проективной техники.
9. Отечественные работы в области психодиагностики.
10. Основные направления исследований в области практического применения психодиагностики.
11. Надежность психодиагностических методик и ее виды.
12. Валидность: ее виды, способы установления. Проблемы выбора внешнего критерия для определения валидности методики.
13. Стандартизация, репрезентативность, дискриминативность психодиагностических методик.

14. Интеллект и умственное развитие: основные понятия, теории, подходы к изучению, типы интеллекта.
15. История возникновения тестов интеллекта.
16. Невербальные тесты интеллекта, их характеристика.
17. Вербальные тесты интеллекта, их характеристика.
18. Изучение креативности в западной психологии (характеристика тестов, теоретическое обоснование, показатели и психометрические характеристики).
19. Изучение творческих способностей в отечественной психологии.
20. Диагностика специальных способностей.
21. Диагностика достижений.
22. Характеристика типологических опросников.
23. Опросники изучения ценностей личности и установок.
24. Диагностика интересов и профессиональных склонностей.
25. Диагностика мотивационной сферы личности.
26. Диагностика межличностных отношений в группе на основе субъективных предпочтений.
27. Диагностика диадного взаимодействия.
28. Диагностика индивидуальных свойств, влияющих на межличностные отношения.
29. Диагностика психологического климата в малых группах.
30. Диагностика социально-психологической адаптации.
31. Опросники психических состояний, часто применяемые в психодиагностической практике.
32. Диагностика состояний тревожности, характеристика методик.
33. Изучение вегетативных проявлений психического состояния (методика измерения частоты пульса и кожно-гальванической реакции).
34. Изучение экспрессивного компонента психических состояний. Использование метода прямого наблюдения эмоциональной экспрессии.
35. Этические нормы работы психодиагноста, правила проведения обследования.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучени я	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Практи- ческие занятия	
<i>Второй</i>	Тема 1.1. Введение в психодиагностику	6	2	2	2
<i>Второй</i>	Тема 1.2. Диагностика когнитивной сферы	20	4	6	10
<i>Второй</i>	Тема 1.3. Тесты специальных способностей. Тесты достижений	14	2	4	8
<i>Второй</i>	Тема 1.4. Опросники личностные	22	4	6	12
<i>Второй</i>	Тема 1.5. Опросники в диагностике межличностных отношений	22	4	6	12
<i>Второй</i>	Тема 1.6. Природные психофизиологические особенности. Диагностика психических состояний	24	4	6	14
	Итого:	108	20	30	58

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачетом в четвертом семестре. Итоговый контроль (зачет) проводится в форме ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Бурлачук, Л.Ф. Психодиагностика : учеб. для вузов / Л.Ф. Бурлачук. - 2-е изд., перераб. и доп. - СПб. : ПИТЕР, 2010. - 384 с.
2. Двинин, А.П. Современная психодиагностика : учебно-практич. руководство / А.П. Двинин, И.А. Романченко. - СПб. : Речь, 2012. - 283 с.
3. Лучинин, А.С. Психодиагностика : конспект лекций / А.С. Лучинин. - М. : ЭКСМО, 2008. - 160 с.
4. Психологическая диагностика : учеб. пособие / ред. М.К. Акимова. - СПб. : ПИТЕР, 2005. - 304 с.
5. Психолого-педагогическая диагностика : учеб. пособие для студ. вузов / ред. И.Ю. Левченко, С.Д. Забрамная. - 5-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 320 с.
6. Романова, Е.С. Психодиагностика : учеб. пособие / Е.С. Романова. - СПб. : ПИТЕР, 2006. - 400с.
7. Шевандрин, Н.И. Основы психологической диагностики : Учеб. для студ. вузов / Н.И. Шевандрин. - Ч.3. - М. : ВЛАДОС, 2003. - 336с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Бодалев, А.А. Общая психодиагностика / А.А. Бодалев, В.В. Столин. - СПб. : Речь, 2006. - 440 с.
2. Бурлачук, Л.Ф. Психодиагностика : Учеб. для вузов / Л.Ф. Бурлачук. - СПб. : ПИТЕР, 2005. - 351с.
3. Диагностика познавательных способностей: методики и тесты : учеб. пособие / ред. В.Д. Шадриков. - М. : Академический Проект; Альма Матер, 2009. - 533 с.
4. Практическая психодиагностика: методики и тесты : учеб. пособие / ред. Д.Я. Райгородский. - Самара : Бахрам-М, 2007. - 672 с.
5. Психолого-педагогическая диагностика : учеб. пособие для студ. вузов / ред. И.Ю. Левченко, С.Д. Забрамная. - 3-е изд., стер. - М. : Академия, 2006. - 320с.
6. Ратанова, Т.А. Диагностика умственных способностей детей : учеб. пособие / Т.А. Ратанова. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Флинта; Москов. психол.-соц. ин-т, 2003. - 168 с.
7. Ратанова, Т.А. Психодиагностические методы изучения личности : учеб. пособие / Т.А. Ратанова, Н.Ф. Шляхта. - М. : Флинта; МПСИ, 2008. - 320 с.
8. Суркова, Е.Г. Проективные методы диагностики. Психологическое консультирование детей и подростков : учеб. пособие для студ. вузов / Е.Г. Суркова. - М. : Аспект Пресс, 2008. - 319 с.

Электронные ресурсы

1. Носс И.Н. Психодиагностика 2-е изд., пер. и доп. [Электронный ресурс]: Учебник для бакалавров / И.Н. Носс. Электрон. поисковая прогр. – М.: Издательство Юрайт, 2014. – Режим доступа: <http://www.biblio-online.ru>. - Загл. с экрана.
2. Психологическое тестирование детей и подростков [Электронный ресурс]. – М.: Равновесие, 2004. – 2 электрон. опт. диска (CD-ROM). – Систем. требования: процессор Pentium-II; память 256 МБ ОЗУ; дисковод 24-х CD-ROM; система Windows 98; совместно с Windows NT/2000: 250-00. – Загд. с экрана.
3. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. В 2-х частях. Система работы психолога с детьми разного возраста 4-е изд., пер. и доп. [Электронный ресурс]: Практическое пособие / Е.И. Рогов. Электрон. поисковая прогр. – М.: Издательство Юрайт, 2012. – Режим доступа: <http://www.biblio-online.ru>. - Загл. с экрана.

3.12. Рабочая программа учебной дисциплины «Конфликтология» основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями здоровья» (АФК) *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание
 степень (квалификация) выпускника - бакалавр
 Форма обучения – очная

Автор – разработчик: Таран Ирина Ивановна, кандидат психологических наук, доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель дисциплины – овладение студентами системой конфликтологических знаний в её содержательном, методическом и прикладном аспектах.

Задачи дисциплины

- формирование у студентов теоретических знаний об эволюции научных взглядов и современных концепциях конфликта;
- формирование знаний о структуре и динамике развития конфликтов, о стратегиях и тактиках разрешения конфликтных ситуаций;
- формирование практических умений и навыков диагностики, профилактики и конструктивного разрешения конфликтов;
- повышение компетентности студентов в вопросах эффективного взаимодействия в конфликтных ситуациях;
- развитие психологического мышления и готовности к эффективному профессиональному контакту.

Место дисциплины в профессиональной подготовке выпускника

Конфликтология относится к вариативной части гуманитарного, социального и экономического цикла и является дисциплиной по выбору.

Вооружает будущего бакалавра по адаптивному физическому воспитанию знаниями о природе, структуре и динамике конфликтов. Формирует способность распознавать конфликты и принимать оптимальные решения для их профилактики и разрешения.

Учебная работа (36 часов) проводится в виде аудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий являются лекции и семинарские занятия. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на семинарских должна быть обеспечена возможность овладения студентами практическими навыками изучения, управления и урегулирования конфликтов

Внеаудиторная работа (36 часов) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов и вопросов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Содержание дисциплины направлено на формирование следующих компетенций: ОК -1; ОК - 4; ОК -6; ПК-10; ПК-13.

В результате освоения дисциплины студент должен:

знать:

- основы психологии конфликта;
- категории конфликтологии;
- причины и виды конфликтов;
- специфику различных видов конфликтов;
- основы управления конфликтами.

уметь:

- самостоятельно подбирать методики диагностики конфликтности;
- прогнозировать возможность возникновения конфликтных отношений и их причины;
- осуществлять необходимую консультативную помощь и создавать условия для их своевременного предупреждения и разрешения;

- осуществлять конструктивное межличностное взаимодействие.

овладеть:

- методами организации и проведения социально-психологических процедур по профилактике и разрешению конфликтов;
- способами бесконфликтного общения с различными субъектами профессионального взаимодействия;
- навыками успешного управления конфликтами;
- технологией построения социальных и профессиональных интеракций.

Материально-техническое обеспечение

Реализация учебной дисциплины «Конфликтология» осуществляется с использованием материально-технической базы, обеспечивающей проведение всех видов учебных занятий обучающихся, предусмотренных данным учебно-методическим комплексом:

- аудитории, оборудованные мультимедийными средствами обучения;
- современное техническое обеспечение, в частности ноутбук, проектор, настенный экран, и современные компьютерные программы (Power Point);
- помещения для проведения психологических тренингов и групповых занятий;
- психодиагностические методики (методика «Оценка уровня конфликтности личности», «Методика оценки поведения в конфликте Т. Томаса»);
- карточки для ролевых игр;
- библиотечный фонд ВУЗа, представленный учебниками, учебными пособиями, методическими разработками.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Конфликтология» содержит следующие разделы:

Раздел 1. Введение в конфликтологию.

Раздел 2. Теоретические основы конфликтологии.

Раздел 3. Управление конфликтами.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Назовите известных учёных, занимавшихся разработкой теории конфликтов.
2. Изложите сущность концепции позитивно-функционального конфликта Л. Козера.
3. Какие принципы заложены в основу конфликтной модели общества Р. Дарендорфа?
4. Охарактеризуйте «общую теорию конфликта» К. Боулдинга. В чём её отличие от других концепций конфликта?
5. Какие основные черты свойственны конфликту?
6. Дайте определение конфликта.
7. Перечислите основные функции конфликта.
8. Назовите основные признаки по которым группируются конфликты.
9. Назовите основные методы диагностики конфликтов.
10. Назовите основные причины конфликтов в организациях.
11. Укажите отличие структурной и процессуальной моделей описания конфликтов.
12. Дайте определение конфликтной ситуации и основных её элементов.
13. Что такое инцидент?
14. Сформулируйте необходимые условия возникновения конфликта.
15. Какие методы наиболее широко применяются для профилактики конфликтов в организациях?
16. Дайте характеристику основных стратегий поведения человека в конфликте.
17. В чём заключается значение сетки (модели) Томаса-Киллмена для классификации стилей поведения в конфликте?

18. Охарактеризуйте условия, при которых участник конфликта выбирает:
 - стратегию сопротивления;
 - стратегию компромисса;
 - стратегию уступки;
 - стратегию сотрудничества;
 - стратегию ухода.
19. Перечислите основные особенности внутриличностных конфликтов.
20. Перечислите основные способы разрешения внутриличностных конфликтов.
21. Какие отличительные особенности имеют межличностные конфликты?
22. Назовите основные сферы проявления межличностных конфликтов.
23. Какие факторы способствуют проявлению межгрупповых конфликтов?
24. В чём заключаются основные причины конфликтов в семье?
25. Назовите основные виды конфликтов в педагогическом процессе.
26. В чём заключается особенность разрешения конфликтов в системе учитель-ученик?
27. Назовите основные причины конфликтов в организациях.
28. Что чаще всего является предметом трудовых конфликтов?
29. Что является объектом и предметом политических конфликтов?
30. Какие особенности имеют политические конфликты?
31. Какие методы используют для разрешения политических конфликтов?
32. Какие особенности имеют межэтнические конфликты?
33. В чём заключается роль и значение переговоров в урегулировании конфликтов?
34. Перечислите основные тактики ведения переговоров.
35. Какие требования предъявляются к профессиональному посреднику-медиатору?
36. От чего зависит успех посредничества в разрешении конфликтов?
37. Сформулируйте факторы, приводящие к негативным последствиям разрешения конфликтов.
38. Охарактеризуйте основные методы управления конфликтами.

Вопросы к зачёту

1. Конфликтология как наука.
2. Эволюция научных взглядов на конфликт.
3. Современные концепции конфликта: Т. Парсонс, Л. Козер, Чигакская школа, Р. Дарендорф, А. Турен.
4. Общая характеристика и определение конфликта.
5. Функции конфликта.
6. Классификация конфликтов.
7. Объективные и организационно-управленческие причины конфликтов.
8. Социально-психологические и личностные причины конфликтов.
9. Объективная структура конфликта.
10. Психологические составляющие конфликта.
11. Процессуальная структура (динамика) конфликта: фазы и этапы.
12. Общая характеристика, последствия и основные подходы к внутриличностным конфликтам
13. Основные типы и виды внутриличностного конфликта.
14. Психологические механизмы разрешения внутриличностных конфликтов.
15. Межличностные конфликты: определение, характерные признаки. Типы, функции.
16. Общая характеристика, механизмы возникновения и виды межгрупповых конфликтов.
17. Семейные конфликты: общая характеристика, особенности
18. Конфликты в условиях учебной деятельности: причины, условия, способы предупреждения и разрешения.
19. Трудовые конфликты.
20. Инновационные конфликты.

21. Особенности, условия и направления профилактики конфликтов.
22. Технология предупреждения конфликтов.
23. Условия и факторы конструктивного разрешения конфликтов.
24. Приёмы конструктивного разрешения конфликтов.
25. Общая характеристика переговоров: сущность, классификация, функции.
26. Тактические приёмы ведения переговоров.
27. Психологические условия успеха на переговорах.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Групповые занятия	
РАЗДЕЛ 1. ВВЕДЕНИЕ В КОНФЛИКТОЛОГИЮ					
Третий	Тема 1.1. Введение в предмет конфликтологии.	8	2	-	6
Третий	Тема 1.2. Методы исследования конфликтов.	6	-	-	6
РАЗДЕЛ 2. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ КОНФЛИКТОЛОГИИ					
Третий	Тема 2.1. Общее представление и характеристика конфликта.	8	2	2	4
Третий	Тема 2.2. Структура конфликта.	8	2	2	4
Третий	Тема 2.3. Общая характеристика основных видов конфликта	12	4	4	4
Третий	Тема 2.4. Конфликты в различных сферах взаимодействия человека.	10	2	4	4
РАЗДЕЛ 3. УПРАВЛЕНИЕ КОНФЛИКТАМИ					
Третий	Тема 3.1. Основы предупреждения конфликтов.	10	2	4	4
Третий	Тема 3.2. Разрешение конфликтов.	10	2	4	4
	Итого:	72	16	20	36

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачётом в пятом семестре. Итоговый контроль (зачёт) проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Анцупов, А.Я. Конфликтология: учеб. для вузов / А.Я. Анцупов, А.И. Шипилов. - 5-е изд., перераб. и доп. - СПб.: ПИТЕР, 2013. - 512 с.
2. Анцупов, А.Я. Конфликтология в схемах и комментариях : учеб. пособие / А.Я. Анцупов, С.В. Баклановский. - 2-е изд., перераб. - СПб.: ПИТЕР, 2009.

3. Гришина, Н.В. Психология конфликта / Н.В. Гришина. - СПб.: ПИТЕР, 2006.
4. Дмитриев, А.В. Конфликтология: учебник / А.В. Дмитриев. - 3-е изд., перераб. - М.: Альфа-М; ИНФРА-М, 2012. - 336 с.
5. Емельянов, С.М. Практикум по конфликтологии / С.М. Емельянов. - 3-е изд., перераб. и доп. - СПб.: ПИТЕР, 2009.
6. Зеленков, М.Ю. Конфликтология: учебник / М.Ю. Зеленков. - М.: Дашков и К, 2013. - 324 с.
7. Кильмашкина, Т.Н. Конфликтология. Социальные конфликты : учеб. для студ. вузов / Т.Н. Кильмашкина. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2009.
8. Козырев, Г.И. Основы конфликтологии: учебник / Г.И. Козырев. - М.: ФОРУМ; ИНФРА-М., 2007.
9. Конфликтология/ В.И.Курбатов. – Ростов н/Д: «Феникс», 2005.
10. Конфликтология: учебник / А.Я. Кибанов, И.Е. Ворожейкин, Д.К. Захаров [и др.]. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ИНФРА-М, 2011.
11. Светлов, В.А. Конфликтология: учеб. пособие / В.А. Светлов, А.С. Семенов. - СПб.: ПИТЕР, 2011.
12. Цыбульская, М.В. Конфликтология/ М.В. Цыбульская, О.З. Муштук, А.Ю. Деев, О.С. Которова. - М.: Изд-во МФПА, 2011. - 320 с.
13. Цыбульская, М.В. Конфликтология: учебно-практическое пособие/ М.В. Цыбульская. - М.: Изд. центр ЕАОИ, 2009. - 312 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Белинская, А.Б. Конфликтология в социальной работе: учебное пособие./ А.Б. Белинская, И.К. Дашков. – М., 2009. – 220с.
2. Давлетчина, С.Б. Конфликтология. Учебно-методическое пособие по изучению элективного курса для студентов очной формы обучения./С.Б. Давлетчина. - Улан-Удэ: Изд-во ВСГТУ, 2005. - 94 с.
3. Леонов, Н.И. Конфликты и конфликтное поведение. Методы изучения: учебное пособие/ Н.И. Леонов. – СПб: Питер, 2005.
4. Лукин, Ю.Ф. Управление конфликтами: учебник для вузов. / Ю.Ф. Лукин. – М: Академический проект «Трикта», 2007.
5. Мокшанцев, Р.И. Конфликтология в социальной работе: учебное пособие./ Р.И. Мокшанцев. – Ростов н/Д: Феникс, 2008.
6. Сорокина, Е.Г. Конфликтология в социальной работе: учебное пособие для студентов вузов./ Е.Г. Сорокина. – М.: Академия, 2009.
7. Шейнов, В.Н. Управление конфликтами: теория и практика./ В.Н. Шейнов. – Минск: Харвест, 2009.

Электронные ресурсы

1. Конфликтология. Социальные конфликты/ Учебник для студентов вузов - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2012.- 287 с. Режим доступа: <http://www.iqlib.ru>
2. Психология конфликта. От теории к практике./ Учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Юриспруденция» - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2013.- 183 с. Режим доступа: <http://www.iqlib.ru>

3.12 (а) Рабочая программа учебной дисциплины «Теория спорта» основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» *по профилям подготовки* – адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника – бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Копаев Валерий Павлович, к.п.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель преподавания дисциплины – обеспечение профессионального понимания студентами современной системы подготовки спортсменов, формирование широкой научной эрудиции, стимулирование развития творческого мышления, успешное применение полученных знаний в практической деятельности.

Задачи дисциплины

- Сформировать у студентов широкое профессиональное мировоззрение и интерес к проблемам современного спорта, стремление к всестороннему анализу и творческому усвоению изучаемого материала;
- Обеспечить усвоение студентами фундаментальных знаний в области теории спорта, целостного осмысления сути спортивной деятельности, общих закономерностей, педагогических принципов, средств, методов, форм организации спортивной подготовки;
- Содействовать воспитанию у студентов педагогического мышления, познавательной активности, самостоятельности и ответственности за качество учебного труда, потребности в научно-исследовательской и практической деятельности в сфере спорта, убеждения в важности и необходимости в высококвалифицированных специалистах в сфере спорта для решения актуальных государственных задач укрепления престижа страны на международной арене.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина по выбору «Теория спорта» (альтернатива) относится к вариативной части гуманитарного, социального и экономического, преподается в 6 семестре в объеме 72 часов (2 зачетных единиц).

Вводные знания по предмету, необходимые для освоения предмета сообщаются в рамках дисциплин «Физическая культура», «Теория и методика физической культуры», «Теория и методика обучения базовым видам спорта», «технологии физкультурно-спортивной деятельности», «Анатомия человека», «Физиология человека», «История физической культуры», «Спортивная метрология». Курс органично *сочетается с одновременно осваиваемыми смежными предметами*: «социология физической культуры», «Лечебная физическая культура и массаж», что требует от преподающего теорию спорта знания основ этих предметов. Базовыми предметами, которым данная дисциплина предшествует, являются «Врачебный контроль в адаптивной физической культуре», «Производственная практика».

В учебном процессе предусматривается широкое использование активных и интерактивных форм проведения занятий. В соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта не менее 20 % групповых занятий должны проводиться в интерактивных формах. В зависимости от подготовленности контингента, условий обучения процент таких занятий может повышаться. В процессе обучения большое внимание должно уделяться формированию навыков устных выступлений, умений вести дискуссии по теме, диалог и взаимодействие в ходе занятия, определению собственных позиций в вопросах дальнейшего совершенствования профессиональной подготовки.

О темах, выносимых на самостоятельное изучение студентов целесообразно информировать в процессе лекций и групповых занятий. В качестве форм контроля самостоятельной работы используются индивидуальные собеседования, письменный или устный экспресс-опрос, мультимедийная презентация, тестирование, решение ситуационных задач, выполнение практических заданий, подготовка конспектов, написание и защита

рефератов, проведение круглых столов, дискуссий и другие виды контроля, направленные на формирование необходимых компетенций. Ниже приводится *перечень контрольных вопросов* для самопроверки уровня подготовленности по предмету.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих **профессиональных компетенций (ПК)**:

- умение оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, адекватно выбирать средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей (ПК-6);
- способности формировать мотивации у детей и молодежи к занятиям избранным видом спорта, воспитание у занимающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции (ПК-9);
- способности реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психологических параметров индивида (ПК-10);
- умение разрабатывать перспективные и оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского спорта и со спортсменами массовых разрядов (ПК-11);
- самостоятельно проводить тренировочные занятия по избранному виду спорта в детско-юношеском спорте и со спортсменами массовых разрядов, осуществлять профилактику травматизма (ПК-12);

В результате изучения дисциплины студент должен **знать**:

- показатели эффективности педагогического процесса на основе сравнения исходных и достигнутых результатов проявления возможностей и способностей;
- понятия мотивация с точки зрения психологии спорта; общие характеристики основных направлений деятельности для формирования моральных принципов для честной конкуренции у детей и молодежи в сфере физической культуры и спорта; основные характеристики методов и принципов педагогики для формирования мотивации и воспитания детей и молодежи в сфере физической культуры и спорта;
- определение терминов спортивный отбор и ориентация;
- основные направления развития отечественных и зарубежных систем планирования в сфере детско-юношеского спорта и со спортсменами массовых разрядов;
- специфику страховки и помощи для профилактики травматизма в избранном виде спорта; возрастные особенности занимающихся; показатели контроля реакции организма на нагрузку; санитарно-гигиенические требования проведения занятий по избранному виду спорта.

В результате изучения дисциплины студент должен **уметь**:

- определять вид способности с учетом особенностей двигательной деятельности, использовать адекватные способы измерения и критерии оценивания;
- создавать условия заинтересованности у детей и молодежи на занятиях в сфере физической культуры и спорта; применять основные методы и методические приемы воспитания моральных принципов у детей и молодежи в сфере физической культуры и спорта; проводить тренировочные занятия исходя из принципов честной спортивной конкуренции;
- разрабатывать программы разового обследования и определения физической подготовленности; проводить тестирование основных антропометрических, физических и психологических параметров индивида и делать выводы на основе стандартных рекомендаций;
- разрабатывать документы перспективного, текущего оперативного планирования у спортсменов массовых разрядов; оценить различные стороны подготовленности спортсменов массовых разрядов на основе результатов контрольных нормативов; разрабатывать

перспективные планы с учетом профессиональной терминологии в сфере детско-юношеского спорта;

- самостоятельно подготовить место тренировочного занятия по избранному виду спорта;
- оценивать эффективность различных методических приемов в избранном виде спорта;
- самостоятельно проводить отдельные части тренировочного занятия по избранному виду спорта.

В результате изучения дисциплины студент должен **владеть:**

- стандартными методиками диагностирования и обработки информации об уровне проявления способностей и функционального состояния занимающихся;
- методологией воспитания морально-нравственных норм на занятиях физической культурой и спортом;
- стандартными методиками и методическими приемами по определению антропометрических, физических и психологических параметров индивида;
- основными приемами и структурными единицами тренировочного процесса в сфере детско-юношеского спорта;
- навыками осуществления профилактики травматизма на тренировочных занятиях по избранному виду спорта.

Материально-техническое обеспечение

Материально-техническое обеспечение дисциплины осуществляется за счет книжного фонда библиотеки, компьютерной внутривузовской сети, использования Интернета, аудио-видеоаппаратуры, оборудованных аудиторий для мультимедийного сопровождения занятий.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Теория спорта» содержит следующие разделы:

Раздел 1. ВВЕДЕНИЕ В ТЕОРИЮ СПОРТА.

Раздел 2. ТЕОРИЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ.

Раздел 3. ОСНОВЫ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Отличительные черты спорта в комплексе явлений культуры и физической культуры, его специфические функции в обществе.
2. Тенденции развития современного спорта в мире.
3. Анализ специфики общедоступного спорта и спорта высших достижений.
4. Основные формы и модификации общедоступного спорта,
5. Дифференциация спорта высших достижений (обособление его различных направлений).
6. Общая характеристика системы подготовки спортсмена и ее подсистем.
7. Подходы к классификации многообразия спортивных соревнований.
8. Характеристика соревновательной деятельности спортсмена (ее поведенческой структуры, спортивной техники и тактики, требований к физическим и психическим возможностям спортсмена).
9. Подходы к рационализации систем спортивных соревнований (общей и индивидуализированной).
10. Соотношение системы подготовки спортсмена и системы спортивных соревнований (единство и вероятные расхождения).
11. Избирательность и единство основных сторон подготовки спортсмена (физической, технической, тактической, психической подготовки).
12. Основная классификация средств подготовки спортсмена.
13. Особенности принципов построения подготовки спортсмена.
14. Спортивная тренировка как важнейший компонент и основная форма подготовки спортсмена.

15. Постепенность и предельность как закономерные черты динамики спортивно-тренировочных воздействий, ее волнообразность,
16. Опережающие и адаптирующие тенденции в динамике спортивно-тренировочных воздействий.
17. Суть предельной непрерывности и цикличности в построении спортивной тренировки.
18. Общая характеристика структуры спортивно-тренировочного процесса.
19. Типы микроциклов спортивной тренировки; факторы и условия, влияющие на их построение.
20. Типы мезоциклов спортивной тренировки; факторы и условия, влияющие на их построение.
21. Типы макроциклов (полугодичных, годовых и подобных) спортивной тренировки, соотношение между их периодами и фазами динамики спортивной формы.
22. Анализ многомесячной динамики спортивных результатов как критериев динамики спортивной формы (на примере избранного вида спорта).
23. Варьирование структуры макроциклов спортивной тренировки в зависимости от системы соревнований и других условий ее построения.
24. Особенности построения тренировки в условиях среднегорья и в других необычных внешнесредовых условиях.
25. Особенности построения тренировки на этапе непосредственной подготовки к основному соревнованию.
26. Особенности построения тренировки в условиях соревновательного периода большой продолжительности.
27. Основные черты модельно-целевого подхода к построению подготовки спортсмена.
28. Общая характеристика стадий и крупных этапов многолетней спортивной деятельности.
29. Зависимость перспектив и особенностей развертывания спортивной деятельности от уровня спортивной одаренности индивида.
30. Гуманно оправданные подходы к своевременному выявлению индивидуальной спортивной предрасположенности, спортивной ориентации и так называемому «спортивному отбору».
31. Существующие представления об интегративных критериях спортивных способностей и методах комплексного их выявления.
32. Обобщенные данные о возрастных границах целесообразного начала углубленной спортивной специализации.

Примерная тематика рефератов

1. Единство базового курса физического воспитания и спортивных занятий в системе воспитания юных спортсменов.
2. Физические нагрузки в детском спорте: проблемы и перспективы решения.
3. Система отбора и спортивной ориентации в спорте.
4. Проблемы ранней (своевременной) спортивной специализации и спортивной ориентации.
5. Специфика подготовки юных спортсменов, направленной (в перспективе) на высшие достижения.
6. Взаимосвязь технической и тактической подготовки спортсмена на примере избранного вида спорта.
7. Взаимосвязи разделов (подразделов) физической подготовки спортсмена.
8. Теоретико-методические основы использования эффекта «переноса» при воспитании различных физических способностей в процессе спортивной подготовки.
9. Зависимость содержания и соотношения сторон физической подготовки от особенностей спортивной специализации, возрастных, половых особенностей и этапа спортивного совершенствования.
10. Особенности построения тренировки в олимпийских (четырёхлетних) циклах.

Перечень вопросов к зачету

1. Возникновение и состояние современного спорта.
2. Конкретизация понятия "спорт" в узком и широком смысле; спорт как собственно

- соревновательная деятельность; спорт как многогранное общественное явление.
3. Детализация понятий: "спортивная деятельность", "спортивное движение", "спортивные достижения", "система подготовки спортсмена", "спортивная тренировка", "школа спорта"; взаимосвязь и специфическое содержание этих понятий. Уточнение соотношения понятий "спорт" и "физическая культура".
 4. Теория и методика спорта как совокупность научно-прикладных знаний о сущности и тенденциях развития спорта в качестве неотъемлемого компонента культуры общества и фактора социальной системы воспитания, о наиболее существенных закономерностях, путях и условиях спортивной деятельности, спортивного совершенствования и оптимального построения системы подготовки спортсмена.
 5. Основная проблематика общей теории и методики спорта, ее становление, состояние и перспективы развития. Связи теории спорта с другими научными знаниями, ее значение для практики.
 6. Теория и методика спорта как учебный курс; его содержание (сжатая характеристика), роль и место в системе высшего физкультурного образования.
 7. Спорт как неотъемлемая часть культуры общества. Специфическая эталонная и эвристическая роль спорта.
 8. Спорт как фактор разностороннего развития, воспитания, подготовки человека к жизненной практике; значение и место спорта в системе физического и общего всестороннего воспитания, в профессионально-прикладной и военно-прикладной подготовке.
 9. Оздоровительно-рекреативная функция спорта; его роль и место в оптимизации досуга широких слоев населения.
 10. Эстетические свойства спорта; спорт как зрелище, причины необычайной зрелищной популярности спорта; взаимопроникновение спорта и искусства.
 11. Роль спорта в социализации личности и в социальной интеграции; идеологическое значение спорта; спорт и политика.
 12. Коммуникационное значение спорта; спорт как фактор международных связей. Экономическое значение спорта; спорт как фактор повышения производительности труда и как одна из сфер экономических отношений.
 13. Общедоступный ("ординарный") спорт и спорт высших достижений ("большой спорт"); особенности и взаимосвязь этих сторон спортивного движения.
 14. Профессионализация современного спорта высших достижений; дифференциация профессионального спорта ("профессионально-супердостиженческий" спорт и "профессионально-коммерческий" спорт).
 15. Специфические роли различных участников спортивного движения (спортсменов, тренеров, организаторов, спортивных судей, "болельщиков" и др.); нормы и специальные правила, определяющие их отношения.
 16. Государственные и общественно-самодеятельные формы культивирования спорта (сжатая характеристика их организационных основ и принципов функционирования). Взаимодействие государственных и общественных форм организации спортивного движения.
 17. Единая спортивная классификация как программно-нормативная основа отечественного спортивного движения. Противоречия и перспективы его развития.
 18. Побудительные начала (потребности, мотивы и т.п.) спортивной деятельности; ее естественные и социальные стимулы, основные факторы, регламентирующие нормы отношения.
 19. Значение спортивных достижений; их личностная и общекультурная ценность, эталонная и стимулирующая роль. Факторы спортивных достижений (индивидуальные и социальные, постоянно действующие и конъюнктурные).
 20. Тенденции развития спортивных достижений. Многообразие видов спорта.
 21. Понятие «спортивное соревнование» («спортивное состязание»). Основные

- функции и особенности спортивных соревнований.
22. Общая структура спортивных соревнований. Спортивные результаты – специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности, критерии их измерения и оценки.
 23. Классификация спортивных достижений. Сравнительная характеристика некоторых видов спорта, различающихся по результатам соревновательной деятельности. Различия собственно-спортивных и "субспортивных" соревнований.
 24. Особенности спортивных соревнований, определяемые их масштабом и способом проведения. Ранжирование состязаний по общей значимости, а также по роли и месту в процессе подготовки спортсмена (основные, подготовительные, контрольные состязания т.д.).
 25. Спортивное состязание как высшее испытание физических и психических возможностей спортсмена.
 26. Структура соревновательной деятельности. Особенности соревновательной деятельности в спорте.
 27. Спортивная тактика как направляющая программа и общий способ организации соревновательной деятельности спортсмена (команды). Критерии тактического мастерства в спортивном состязании.
 28. Спортивная техника как целесообразный способ выполнения соревновательных действий, обусловленных тактикой состязания. Единство спортивной техники и тактики. Показатели, критерии и факторы технического мастерства в спортивном состязании.
 29. Роль состязаний в формировании личности и в специальной психической подготовке спортсмена. Необходимость широкой соревновательной практики в процессе становления и совершенствования спортивно-технического и тактического мастерства.
 30. Тренирующий эффект соревновательной практики; ее роль в приобретении, сохранении и дальнейшем развитии специфической тренированности спортсмена. Динамика соревновательной практики в процессе многолетней спортивной деятельности.
 31. Система спортивных соревнований как упорядоченная совокупность состязаний разного ранга, подчиненных определенным закономерностям. Основные факторы и условия, определяющие построение системы спортивных соревнований.
 32. Система и календарь спортивных соревнований; общий официальный и индивидуальный спортивный календарь (общие черты и отличия).
 33. Взаимосвязь системы состязаний и системы подготовки спортсмена. Основные требования к оптимальному построению системы спортивных соревнований.
 34. Значение общепедагогических принципов (общих принципов обучения и воспитания) как отправных положений деятельности тренера.
 35. Направленность к высшим достижениям, углубленная специализация и индивидуализация как закономерные черты подготовки спортсмена, отражающие их принципиальные положения.
 36. Диалектическая взаимосвязь различных сторон подготовки спортсмена; основные положения принципа единства и избирательной направленности различных сторон подготовки спортсмена.
 37. Специфическая непрерывность как закономерность спортивно-тренировочного процесса и процесса подготовки спортсмена в целом; конкретизация основных положений принципа непрерывности в спортивной тренировке.
 38. Принципиальные положения, выражающие тенденции динамики воздействующих факторов в процессе подготовки спортсмена: динамичность, повторяемость и вариативность, постепенность и «предельность», волнообразность, контрастность, опережающее и адаптивное моделирование целевой соревновательной деятельности; закономерности, лежащие в их основе.
 39. Соревновательно-соотнесенная цикличность как одна из функциональных закономерностей процесса спортивной подготовки; конкретизация положений принципа

- цикличности в спортивной тренировке.
40. Спортивные состязания, спортивная тренировка и другие факторы в системе подготовки спортсмена; их роль и соотношение как "подсистем" в системе спортивной подготовки.
 41. Спортивная тренировка - основа (главный компонент и основная форма) подготовки спортсмена; специфические особенности, отличающие тренировку от других факторов и условий спортивного совершенствования.
 42. Совокупность внутренировочных и внесоревновательных факторов ("экзофакторов"), дополняющих спортивную тренировку и соревнования, усиливающих их эффект и оптимизирующих восстановительные процессы; условия включения данных факторов в систему подготовки спортсмена.
 43. Определение общей цели, достигаемой в процессе подготовки спортсмена; ее сущность в отечественной школе спорта и соотношение с главными целями социальной системы воспитания.
 44. Общее представление о критериях и способах диагностики индивидуальной спортивной предрасположенности. Зависимость перспективной направленности спортивной деятельности, конкретных целей, преследуемых в ней, и особенностей ее развертывания от индивидуальной спортивной одаренности и других условий.
 45. Основные задачи, реализуемые в аспекте отдельных разделов (сторон) подготовки спортсмена: идейного, нравственного, эстетического, интеллектуального воспитания и специальной психической подготовки, общей и специальной физической, технической и тактической подготовки.
 46. Соревновательные, специально-подготовительные и общеподготовительные упражнения как основные специфические средства спортивной тренировки.
 47. Методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы в спортивной тренировке (их классификация и общая характеристика).
 48. Конкретизация понятий об эффекте тренировочных воздействий: ближайший, следовой, кумулятивный эффекты тренировки («тренировочные эффекты»), их отличительные признаки и взаимосвязь.
 49. Нагрузка и отдых как компоненты спортивно-тренировочного процесса. Параметры и критерии тренировочных нагрузок; их объем и интенсивность. Функции и типы интервалов отдыха в спортивно-тренировочном процессе.
 50. Использование в подготовке спортсмена специализированных форм речевого общения, убеждения, внушения, разъяснения и управления, идеомоторных, аутогенных и подобных методов.
 51. Средства и методы наглядно-информационного и сенсорно-коррекционного воздействия в подготовке спортсмена; использование в ней современных технических, электронных, кибернетических и других устройств программирующего, тренажерного и контрольного назначения.
 52. Место в системе подготовки спортсмена гигиенических, медико-биологических, физиологических, диетологических и других специальных средств повышения функциональных возможностей организма, усиления эффекта тренировки и оптимизации восстановительных процессов (систематизирующая характеристика); этические и методические условия их применения.
 53. Естественно-средовые факторы подготовки спортсмена (направленное использование условий среднегорья, сезонно-климатических условий и т.д.); основные методические правила, регулирующие их целесообразное применение.
 54. Общие условия жизни спортсмена как факторы, влияющие на систему его спортивной подготовки; взаимосвязь общего режима жизни и режима спортивной деятельности.
 55. Определяющая направленность в формировании спортсмена как личности. Нравственное воспитание как ведущее начало в отечественной школе спорта.
 56. Специальная психическая подготовка спортсмена к экстремальным тренировочным нагрузкам и ответственным состязаниям.

57. Интеллектуальное образование и воспитание интеллектуальных способностей, отвечающих требованиям спортивной деятельности, как неотъемлемые стороны полноценной подготовки спортсмена. Систематизированная характеристика основных знаний, входящих в содержание специального образования спортсмена.
58. Общие и частные задачи, решаемые в процессе *технической подготовки* спортсмена и критерии их реализации. Средства и методы, преимущественно используемые в спортивно-технической подготовке.
59. Стадии и этапы технической подготовки спортсмена как многолетнего непрерывного процесса достижения спортивно-технического мастерства и его углубленного совершенствования; их соотношение с общей структурой тренировочного процесса.
60. Общие и частные задачи, решаемые в процессе *тактической подготовки* спортсмена (спортивные команды), критерии их реализации. Средства и методы, преимущественно используемые в целях спортивно-тактической подготовки.
61. Этапы спортивно-тактической подготовки, их соотношение с этапами спортивно-технической подготовки и периодикой тренировочного процесса. Методика спортивно-тактической подготовки.
62. Специфическое содержание физической подготовки; ее роль, подразделы и соотношения с другими разделами подготовки спортсмена.
63. Структура тренировочного процесса как основа его целостной упорядоченности. Сущность связей и отношений, определяющих структуру спортивной тренировки. Внешние и внутренние факторы и условия, влияющие на нее.
64. Тренировочное занятие как относительно завершённый элемент тренировочного процесса. Закономерности построения и особенности структуры отдельных занятий в спортивной тренировке; их типы. Основные факторы и условия, влияющие на их структуру; зависимость содержания и форм построения тренировочных занятий от их места в структуре микроциклов тренировки.
65. Определяющие черты и закономерности построения микроциклов в спортивной тренировке. Основные факторы и обстоятельства, обуславливающие вариативность структуры микроциклов в процессе спортивной тренировки; типы микроциклов.
66. Мезоцикл как система микроциклов, составляющих относительно законченный этап (подэтап) тренировочного процесса; определяющие черты мезоциклов и закономерности построения тренировки в рамках данных циклов.
67. Типы мезоциклов в спортивной тренировке; основные факторы и обстоятельства, обуславливающие вариативность их структуры.
68. Основы периодизации *круглогодичной* тренировки. Сущность спортивной формы как оптимального состояния готовности спортсмена к достижению, ее критерии и общие закономерности развития.
69. Определяющие черты «подготовительного» периода в большом тренировочном цикле (периода фундаментальной подготовки); особенности решаемых задач и критерии их реализации, особенности состава средств, методов и соотношения разделов подготовки спортсмена, особенности динамики нагрузок и поэтапного построения тренировки, характерные для этого периода. Его временные границы.
70. Система мезоциклов, типичная для подготовительного периода; ее оправданные вариации, зависящие от условий построения тренировки.
71. Определяющие черты «соревновательного» периода в большом тренировочном цикле (периода основных состязаний); характерные для этого периода особенности тренировочного процесса (по направленности, составу средств и методов, динамике нагрузок и т.д.).
72. Система соревнований как один из определяющих факторов микро- и мезоструктуры тренировки в соревновательном периоде; особенности построения тренировки в малых и средних циклах, включающих основные состязания.
73. Варианты структуры соревновательного периода. Условия сохранения спортивной

формы в соревновательном периоде большой продолжительности; «промежуточные» мезоциклы как необходимый компонент его структуры. Временные границы соревновательного периода.

74. Определяющие черты переходного периода в большом тренировочном цикле. Основные факторы, приводящие к выделению этого периода в системе построения тренировки. Специфические задачи, решаемые в этом периоде; характерные для него особенности состава средств, методов, форм построения занятий и общего режима нагрузки.
75. Дополнительные факторы ускорения восстановительных процессов в переходном периоде. Его оправданная продолжительность и допустимые границы ее колебания в зависимости от предшествующих суммарных нагрузок. Обстоятельства, допускающие возможность эпизодического «выпадения» переходного периода из структуры тренировочного макроцикла.
76. Общая характеристика основных стадий многолетнего процесса занятий спортом. Их примерные временные границы. Социальные и биологические факторы, обуславливающие особенности спортивной подготовки на различных стадиях многолетнего пути спортивного совершенствования.
77. Предварительная спортивная подготовка как фундаментальная предпосылка будущих спортивных достижений. Проблема своевременного (в возрастном аспекте) начала занятий спортивными упражнениями.
78. Особенности предварительной спортивной подготовки; ее подчиненная роль в общей системе всестороннего воспитания детей и подростков. Проблемы спортивной ориентации и отбора для специализированной спортивной подготовки.
79. Начальная спортивная специализация как этап базовой подготовки; ее определяющие черты. Данные об оптимальных сроках начала специализации в различных видах спорта и объективные признаки завершения этапа начальной спортивной специализации.
80. Особенности содержания и построения тренировки в годы начальной спортивной специализации, обусловленные возрастными и другими факторами; подходы к нормированию тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе начальной подготовки юных спортсменов.
81. Основные этапы углубленного спортивного совершенствования; их временные границы, факторы и обстоятельства, обуславливающие их вариативность. Данные о «возрасте высших достижений» (возрастном периоде, наиболее благоприятном для демонстрации высших результатов в видах спорта).
82. Особенности содержания и построения подготовки спортсменов высокого и высшего класса; особенности динамики тренировочных и соревновательных нагрузок в годы, непосредственно предшествующие высшим достижениям, и в годы максимальных достижений; специфика общего режима спортивной деятельности в эти годы. Олимпийский цикл в подготовке ведущих спортсменов.
83. Перспективное планирование многолетней спортивной подготовки. Современные подходы к прогнозированию спортивных результатов, разработке «модельных характеристик» спортсмена и программированию его многолетней тренировки.
84. Основные формы и операции по составлению плана многолетней подготовки спортсмена. Современный модельно-целевой подход к построению подготовки спортсменов высокого класса.
85. Крупноцикловое (на год, полугодие), поэтапное и оперативное (краткосрочное) планирование процесса подготовки спортсмена; содержание соответствующих планов, их формы и основные операции по составлению.
86. Объекты тренерского контроля и самоконтроля спортсмена, подходы к выбору наиболее информативных контрольных показателей, отражающих ход подготовки, состояние и динамику подготовленности спортсмена.
87. Комплексный контроль в спорте как единство тренерского, врачебного и научного контроля и самоконтроля спортсмена.

88. Планирование и контроль как органически взаимосвязанные условия целесообразного управления процессом спортивного совершенствования. Роль исходных, текущих и поэтапных контрольных данных в разработке и коррекции планов спортивной подготовки.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
Раздел 1. ВВЕДЕНИЕ В ТЕОРИЮ СПОРТА					
Третий	1.1 Особенности предмета теории спорта, ее специфические понятия	2	2	-	-
Третий	1.2. Сущность спорта, его функции, формы и условия функционирования в обществе, тенденции развития	10	2	2	6
Раздел 2. ТЕОРИЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ					
Третий	2.1. Сущность и формы спортивных соревнований	2	2	-	-
Третий	2.2. Особенности соревновательной деятельности спортсмена	8	2	2	4
Третий	2.3. Основы системы спортивных соревнований	6	-	2	4
Раздел 3. ОСНОВЫ СИСТЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ					
Третий	3.1. Общая характеристика системы подготовки спортсмена	6	2	4	-
Третий	3.2. Основные стороны подготовки спортсмена (содержание и основы методики)	6	-	2	4
Третий	3.3. Структура спортивной тренировки	14	2	4	8
Третий	3.4. Подготовка спортсмена как многолетний процесс (основные стадии и этапы)	8	2	2	4
Третий	3.5. Технологии планирования и контроля как фактор педагогического управления в системе подготовки спортсмена	10	2	2	6
	Итого:	72	16	20	36

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Итоговый контроль освоения дисциплины проводится в форме зачета. Допуском к зачету служат выполненные практические задания, предусмотренные программой обучения и установленный вузом процент обязательного посещения занятий от общего объема аудиторной работы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Теория и методика физической культуры /под ред. Ю.Ф. Курамшина. – 4 изд. стер. – М.: Советский спорт, 2010.– 463 с. (2003, 2004, 2007 годов издания).
2. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования /Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 10-е изд. испр. – М.: Академия, 2012. – 480 с. (2004, 2006, 2009 годов издания).

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Асташина М.П. Применение технологии интерактивного обучения при подготовке бакалавров физической культуры //Физкультурное образование Сибири: научно-методический журнал. № 1 . – Омск: Изд-во СибГУФК, 2010. – С. 12-15.
2. Боген М.М. Тактическая подготовка – основа многолетнего совершенствования: учебное пособие. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 88 с.
3. Бондарчук А.П. Периодизация спортивной тренировки. – К.: Олимпийская литература, 2005. – 304 с.
4. Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. Методология. Дидактика. – М.: Физкультура и Спорт, 2007. – 912 с.
5. Губа В.П. Резервные возможности спортсменов: монография. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 146 с.
6. Губа В.П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в видах спорта: монография. – М.: Советский спорт, 2008. – 304 с.
1. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры. – 5-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2010. – 340 с.
7. Мякинченко Е.Б., Шестаков М.П., Крючков А.С. Методика разработки индивидуального тренировочного плана спортсмена высокой квалификации //Теория и практика физической культуры. – № 12. – 2011. – С. 66-71.
8. Никитушкин В.Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник. – М.: Физическая культура, 2010. – 208 с.
9. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. – М.: Советский спорт, 2005. – 820 с.
10. Починкин А.В. Становление и развитие профессионального спорта в России. – М.: Советский спор, 2006. – 216 с.
11. Столов И.И. Спортивный резерв: состояние, проблемы, пути решения: монография. – М.: Советский спорт, 2008. – 131 с.
12. Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов: учебник. – М.: Советский спорт, 2010. – 392 с.
13. Периодические издания по профилю направления:
 - Теория и практика физической культуры;
 - Тренер;
 - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка;
 - Адаптивная физическая культура;
 - Физическая культура в школе;
 - Физкультура и спорт.

3.13. Рабочая программа учебной дисциплины «Педагогика физической культуры » основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание
степень (квалификация) выпускника – бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Багина Валентина Анатольевна, к.п.н., профессор

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель дисциплины – сформировать педагогическую компетентность студентов вузов физкультурно-спортивной направленности, а так же создать целостное представление о сущности, специфике, закономерностях педагогики в области физической культуры и спорта, помочь сориентироваться в многообразии педагогических концепций, включить студентов в активный процесс педагогического поиска.

Задачи дисциплины:

- овладеть системой научно-прикладных знаний и умений, необходимых в будущей профессиональной деятельности;
- формировать у будущего специалиста научное мировоззрение, профессионально-педагогическую направленность, содействовать развитию педагогического мышления;
- привитие студентам опыта творческой деятельности и эмоционально-ценностного восприятия педагогической действительности в контексте будущей профессиональной деятельности;
- познакомить студентов с педагогическими процессами в сфере физической культуры и спорта; педагогическими аспектами деятельности специалистов по физической культуре и спорту; формами организации педагогического процесса; средствами и методы педагогического процесса; разъяснить особенности управления педагогическим процессом;
- ознакомить с инновационным подходом к определению эффективности технологий обучения и воспитания в области физической культуры и спорта;
- помочь овладеть навыками диагностики готовности специалиста в области физической культуры и спорта к профессиональной деятельности;
- дать студенту представление о роли физической культуры в развитии личности;
- сформировать целостное представление об основных условиях и факторах продуктивной педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта.
- получить знание о формах, средствах и методах педагогической деятельности в области физической культуры и спорта, владеть навыками анализа учебно-воспитательных ситуаций, определения и решения педагогических задач, как в индивидуальной работе, так и в спортивном коллективе.

Трудоемкость дисциплины «Педагогика физической культуры и спорта» составляет 4 зачетные единицы.

Место дисциплины в профессиональной подготовке выпускника

Дисциплина по выбору «Педагогика физической культуры» относится к вариативной части (Б.1), гуманитарного, социального и экономического цикла предназначена для изучения студентами дневного обучения 2-го курса по направлению подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

В процессе профессионального образования бакалавра физической культуры и спорта серьезную роль играет педагогическая подготовка. Для того чтобы грамотно строить и осуществлять процессы спортивной тренировки и физического воспитания в работе с детьми и молодежью необходимо знание педагогических основ физической культуры и спорта. Деятельность бакалавра физической культуры и спорта очень тесно связана с обучением

подопечных технике выполнения тех или иных упражнений, передачей определенных знаний по данному виду спорта или физической культуре в целом.

Важное место в работе спортивного педагога занимает воспитание у учащихся качеств личности, необходимых в соревновательной деятельности, в процессе тренировок или занятий физической культурой, а также развитие тех или иных физических качеств, двигательных способностей и т.д. Для того чтобы грамотно осуществлять свою профессиональную деятельность, бакалавр физической культуры и спорта должен усвоить закономерности осуществления образовательных процессов в сфере физического воспитания и спортивной тренировки.

Прохождение данной дисциплины дает специалистам в области физической культуры и спорта на основе сформированных знаний, разрабатывать проекты разрешения любой проблемной ситуации обучения и воспитания в своей физкультурно-спортивной деятельности. Таким образом, для изучения дисциплины студент должен обладать сформированными социально-личностными и общенаучными компетенциями.

Дисциплина «Педагогика физической культуры» является предшествующей для изучения таких дисциплин как «Психология ФК», «Теория и методика обучения базовым видам спорта», «Теория и методика избранного вида спорта», «Теория и методика физической культуры»,

Учебная работа (50 часов) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами учебных занятий по педагогике физической культуры и спорта являются лекции, семинары и практические занятия. На лекциях излагается наиболее важный теоретический материал, на семинарских занятиях студентам дается возможность овладеть навыками решения любых педагогических ситуаций, а на практических занятиях студенты знакомятся с методами исследования различных аспектов своей деятельности. Лекции читаются с использованием мультимедийного оборудования, на семинарских занятиях используются активные методы обучения: моделирование, игровое проектирование, ролевые и деловые игры. Практические работы предполагают подготовку презентаций по результатам исследования. Формой контроля предусмотрено проведение промежуточных микрозачетов по каждой теме и итогового компьютерного тестирования знаний студентов по завершению курса.

Внеаудиторная работа (58 часа) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- готовностью уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям, толерантно воспринимать социальные и культурные различия способностью к диалогу с преподавателями других культурных государств (ОК-1);
- владеть культурой мышления, способностью к общению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения (ОК-4);
- уметь логически верно, аргументировано и ясно, строить устную и письменную речь (ОК-5);
- готовностью к взаимодействию (кооперации) с коллегами, работе в коллективе, знает принципы и методы организации и управления малыми коллективами (ОК-6);
- стремлением к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства (ОК-9);
- готовностью критически оценивать свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков (ОК-10);
- осознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности (ОК-11);

-умением определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармонического развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-6);

умением изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социальной науки и передовой практики коллективов и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в

состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и построении занятий (ПК-10);

- умение проводить профилактическую работу по недопущению негативных социальных явлений в жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-15);
- умение формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться (ПК-16).

В результате освоения дисциплины студент должен:

Знать:

- о роли и месте физической культуры и спорта в гармоничном развитии личности;
- о процедуре разработки, принятии и реализации управленческих решений в процессе профессиональной деятельности педагога по физической культуре;
- о закономерностях формирования профессионализма;
- дидактические закономерности в физическом воспитании и спорте;
- психолого-педагогические закономерности развития физических качеств и двигательных умений субъектов профессиональной физкультурно-спортивной деятельности;
- объективные связи обучения, воспитания и развития личности в процессе преподавания физической культуры;
- специфику организации и проведения занятий по физической культуре и спорту в различных образовательных учреждениях РФ;
- историю развития педагогической мысли, актуальные дидактические технологии, методы педагогического контроля и контроля качества обучения; способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса.

Уметь:

- использовать в профессиональной деятельности передовые приемы обучения и воспитания;
- работать с документами планирования;
- владеть основными элементами технологии преподавания физической культуры;
- с позиций достижений педагогической науки и передовой практики изучать коллективные и индивидуальные особенности занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью, использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности;
- диагностировать готовность специалиста в области физической культуры и спорта к профессиональной деятельности.

Владеть:

- различными средствами коммуникации в профессиональной деятельности;
- способами установления контактов и поддержания взаимодействия с субъектами деятельности в сфере физической культуры и спорта в условиях поликультурной среды;
- способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, области, региона, страны;
- различными технологиями организации процесса обучения и воспитания.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Педагогика физической культуры» содержит разделы:

Раздел 1. Введение в педагогику физической культуры.

Раздел 2. Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта.

Раздел 3. Воспитательный потенциал физкультурно-спортивной деятельности.

Раздел 4. Основные дидактические подходы в педагогике спорта.

Перечень заданий для самостоятельной работы

1. Составьте анкету и проведите ее в учебной группе. Проанализируйте полученные результаты.
2. Определить педагогическую культуру специалиста по физической культуре, используя методику М.В. Прохоровой.
3. Используя методику Е.В. Конеевой определить тип новаторства и свое отношение к нововведениям в области физической культуры и спорта.
4. Подготовить материал о возможностях искусства в пропаганде физической культуры и спорта.
5. Пути и способы формирования физической культуры личности. Объективные и субъективные факторы процессов формирования физической культуры личности.
6. Сравните методы и формы работы, применяемые в спорте и на занятиях физической культурой.
7. Провести диагностику уровня собственной воспитанности и разработать практические рекомендации по ее совершенствованию.
8. Разработать сценарий спортивного праздника для конкретного контингента, указав воспитательную направленность данного мероприятия.
9. Роль процесса самовоспитания в жизни знаменитых спортсменов и тренеров (на примере избранного вида спорта).
10. Воспитательные возможности спортивных команд в различных видах спорта.
11. Физическая культура и спорт как средство интернационального воспитания. Особенности гражданского и патриотического воспитания в современных условиях.
12. Андрогоническая деятельность в области ветеранского спорта, ее специфика и особенности.

Перечень вопросов к зачёту

1. Объект, предмет педагогики физической культуры и подходы к его определению. Основные задачи и направления ее развития.
2. Основные категории педагогики физической культуры.
3. Педагогика физической культуры и спорта, как самостоятельная отрасль научных знаний.
4. Связь педагогики физической культуры с другими науками.
5. Методы научно-педагогических исследований в педагогике физической культуры.
6. Понятие «Педагогическая деятельность» и её структурные компоненты: мотивы, предметное содержание деятельности, способы, продукт и результат.
7. Функциональные компоненты педагогической деятельности специалиста по физической культуре и спорту (гностический, конструктивно-проектировочный, коммуникативный и организаторский).
8. Специфические особенности деятельности учителя физической культуры.
9. Специфические особенности деятельности тренера по виду спорта.
10. Педагогическая культура специалиста в сфере физической культуры и спорта.
11. Понятие педагогическое мастерство и его составляющие.
12. Профессиональная некомпетентность, дезадаптация, деформации личности педагога.
13. Педагогический авторитет спортивного педагога и его составляющие.
14. Программированное обучение: основные понятия, виды обучающих программ, этапы разработки программ. Требования к постановке вопроса в программе.
15. Проблемное обучение, достоинства и недостатки
16. Понятие «индивидуальный стиль деятельности» и характеристика различных стилей деятельности спортивного педагога.
17. Педагогическая направленность личности педагога (знания, умения, навыки, профессионально-важные качества).
18. Ошибки при овладении профессией спортивного педагога.
19. Модели и стили педагогического общения специалиста по физической культуре и спорту.

20. Личностная зрелость спортивного педагога и его профессионально-педагогическая компетентность.
21. Понятие инновация и ее составляющие. Основные свойства инноваций.
22. Педагогические технологии в сфере физической культуры и спорта (личностно-ориентированные, педагогика сотрудничества).
23. Активные методы обучения как инновация в сфере физкультурного образования.
24. Педагогические инновации в обучении и их характеристика.
25. Понятие самовоспитание и его возможности. Мотивы самовоспитания.
26. Самосознание и самооценка как побудители самовоспитания.
27. Особенности самовоспитания у детей разного возраста.
28. Психолого-педагогические теории человеческого учения.
29. Теория поэтапного формирования умственного действия.
30. Понятие «учебно-воспитательный процесс», основные компоненты и закономерности учебно-воспитательного процесса.
31. Этапы периодизации учебно-воспитательного процесса. Педагогические условия совершенствования учебно-воспитательного процесса.
32. Физическая культура личности и ее составляющие.
33. Понятие процесса «обучения» сущность, виды и функции обучения.
34. Закономерности и принципы процесса обучения.
35. Основные характеристики процесса воспитания физкультурно-спортивной деятельности.
36. Содержание воспитательного процесса.
37. Характеристика спортивного коллектива и его основные функции.
38. Этапы развития спортивного коллектива.
39. Социально-психологические феномены детского спортивного коллектива.
40. Стили руководства спортивной группой и их эффективность.
41. Цели, задачи и основные принципы формирования спортивно-патриотического воспитания.
42. Методы формирования, сознания личности (убеждение).
43. Методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения (педагогическое требование, упражнение, воспитывающие ситуации).
44. Специфика воспитательной работы с высококвалифицированными спортсменами.
45. Цель и задачи воспитания юных спортсменов в новых социально-экономических условиях.
46. Воспитательные возможности разных видов спорта.
47. Физическая культура и спорт как средство педагогической коррекции отклоняющегося и девиантного поведения молодежи.
48. Методы регулирования, коррекции и стимулирования поведения и деятельности.
49. Основные направления педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения и детьми, имеющими ограниченные возможности.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Наименование разделов и тем курса	Аудиторные занятия (час)				
	Всего	В том числе			
		Лекции	Семинары	Практические	С/Р
Раздел 1. Введение в педагогику физической культуры и спорта					
Тема 1.1. Проблемы и задачи педагогики физической культуры и спорта	8	2	2	-	4

Раздел 2. Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта					
Тема 2.1. Структура и содержание профессиональной педагогической компетентности специалиста как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности	12	4	2	2	4
Тема 2.2. Физкультурно-спортивная ориентация, как составная часть педагогической направленности личности спортивного педагога	6		2		4
Раздел 3. Воспитательный потенциал физкультурно-спортивной деятельности					
Тема 3.1. Особенности воспитания в процессе занятий физической культурой и спортом, как раздел педагогики спорта	6		2		4
Тема 3.2. Цели и задачи воспитания при занятиях физической культурой и спортом	8	2	2		4
Тема 3.3. Структура и содержание воспитательного процесса	12	2	4	-	6
Тема 3.4. Специфика использования принципов и методов воспитания	6	2			4
Тема 3.5. Система средств воспитания в физической культуре и спорте	6		2	-	4
Тема 3.6. Особенности самовоспитания в спорте	8	2		2	4
Тема 3.7. Специфика коллективных взаимоотношений при занятиях физической культурой и спортом	8	2	2	-	4
Тема 3.8. Реализация задач комплексного подхода к формированию личности при занятиях физической культурой и спортом	8		2	-	6
Тема 3.9. Особенности педагогической работы с различными возрастными и социальными	8		4	-	4

категориями населения					
Раздел 4. Основные дидактические подходы в педагогике спорта					
Тема 4.1. Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта	1	4	4		6
Итого:	108	20	26	4	58

ФОРМА ТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачётом в соответствии с объемными требованиями. Итоговый контроль зачет проводится в форме ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Педагогика : учебник / под ред. Л.П. Крившенко. - М. : Проспект, 2008. - 429 с.
2. Карпушин Б.А. Педагогика физической культуры и спорта: учебник / Б.А. Карпушин. - СПб.: Олимп-СПБ., 2010 - 296 с.
3. Педагогика физической культуры : учебник / ред. В.И. Криличевский, А.Г. Семенов, С.Н. Бакасова. - М.: КНОРУС, 2012. - 320 с

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Кузьменко, Г.А. Психолого-педагогические основы спортивной подготовки детей 9-12 лет / Г.А. Кузьменко. - М.: Советский спорт, 2008. - 268 с.
2. Магин, В.А. Медико-биологические и психолого-педагогические особенности спортивной деятельности : учеб. Пособие / В.А. Магин, В.В. Вучева, О.Н. Мещерякова. - Ставрополь : АГРУС, 2010. - 204 с.

3.13. (а) Рабочая программа учебной дисциплины «История педагогики и образования» основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья (АФК)» *по профилю подготовки* – адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Авторы - разработчики: Ефимова Светлана Васильевна, к.п.н, доцент; Багина Валентина Анатольевна, к.п.н., профессор

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Курс «История педагогики и образования» занимает особое место в педагогической подготовке студентов. Осмысление исторического опыта человечества в области воспитания, образования и обучения подрастающего поколения поможет будущему бакалавру по адаптивной физической культуре лучше ориентироваться в разнообразии идей и подходов, которые существовали и существуют в педагогической науке и образовательной практике.

Основной целью изучения истории педагогики и образования является формирование общей и педагогической культуры, приобщение студентов к процессам становления и развития отечественного и зарубежного педагогического наследия, пониманию и осмыслению развития национальных педагогических систем. В курсе изучения данной дисциплины необходимо развитие историко-педагогической компетентности, расширение общего кругозора, формирование творческого педагогического мышления.

Задачи дисциплины

- Сформировать целостное представление об историческом пути развития педагогической науки;
- способствовать формированию у студентов системы историко-педагогических знаний;
- познакомить студентов с выдающимися мыслителями и педагогами, занимавшимися вопросами воспитания различных исторических эпох и народов;
- рассмотреть в историко-сопоставительном аспекте ряд ведущих педагогических проблем;
- пробудить интерес к историко-педагогическому наследию и потребность в его изучении и усвоении;
- выработать первоначальные умения работы с историко-педагогической литературой.
- способствовать формированию научного мировоззрения и готовности к систематическому самообразованию;
- формировать у студентов чувство патриотизм, интернационализма, толерантности через освоение мирового педагогического наследия;
- воспитывать студентов на ценностях отечественной педагогической культуры как средства формирования личности.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина по выбору «История педагогики и образования» относится к вариативной части (Б.1), гуманитарного, социального и экономического цикла и предназначена для изучения студентами дневного обучения 2-го курса по направлению подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Данный курс обеспечивает тесные межпредметные связи с такими учебными дисциплинами, как «Философия», «Культурология».

Содержание дисциплины направлено на то, чтобы будущий бакалавр, овладевая историко-педагогическими знаниями, мог с более широких позиций подходить к оценке изменений в системе образования. Понять нынешнее состояние образования, его проблемы, найти оптимальное их решение нельзя без изучения и переосмысления педагогического опыта прошлого. Содержание «Истории педагогики и образования» направлено на приобщение студентов к анализу мирового и отечественного опыта становления образовательных систем.

Учебная работа (50 часов) проводится в виде аудиторных занятий. Основными формами учебных занятий по «Истории педагогики и образования» являются лекции, семинары. Лекции читаются с использованием мультимедийного оборудования, на семинарских занятиях используются активные методы обучения: моделирование, игровое проектирование. Практические работы предполагают подготовку презентаций по проблемам образования. Формой контроля предусмотрено проведение промежуточных микрозачетов по каждой теме дисциплины.

Внеаудиторная работа (58 часов) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-1; ОК-4; ОК-5; ОК-6; ОК-9; ОК-10; ОК-11; ПК-6; ПК-10; ПК-15; ПК-16.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- закономерности образовательного процесса и его особенности на разных ступенях образования;
- предмет истории образования и педагогической мысли, основные историко-педагогические понятия;
- цели, содержание, методы и формы воспитания и обучения в разные исторические периоды за рубежом и в России: генезис и развитие;
- возникновение и развитие основных педагогических идей, принципов, концепций в истории педагогики;
- основные труды выдающихся педагогов прошлого, их идеи и особенности деятельности;
- становление и развитие различных типов образовательных учреждений, систем образования в зарубежных странах и России.

уметь:

- анализировать, сравнивать, обобщать, классифицировать педагогические явления, идеи, концепции прошлого и настоящего;
- выделять в теории и практике образования различных государств на различных исторических этапах их развития, а также выдающихся педагогов самое значительное и ценное с точки зрения современных проблем воспитания и обучения;
- раскрывать взаимосвязи педагогической теории и практики с экономическими, социальными и культурными условиями развития общества, отдельных государств различных исторических эпох.

овладеть:

- понятийным аппаратом данной области знаний;
- методикой организации самостоятельной познавательной-творческой деятельности учебного и исследовательского характера в процессе освоения мирового историко-педагогического наследия.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «История педагогики и образования» содержит разделы:

Раздел 1. Введение в курс «Истории педагогики и образования».

Раздел 2. Школа и педагогика в Древнем Мире и эпоху Средневековья.

Раздел 3. Воспитание и школа в Славянском мире, Киевской Руси и

русском государстве (VI-конец VII вв).

Раздел 4. Школа и педагогика в странах Западной Европы и США (середина XVII-конец XX вв).

Раздел 5. Школа и педагогика в России в XVII-XX в.

Раздел 6. Отечественная школа и педагогика советского периода и конца XX века.

Раздел 7. Ведущие тенденции современного развития образовательного процесса в мире и в России.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Зарождение воспитания как особого вида деятельности.
2. Идеи Конфуция по вопросам воспитания и образования.
3. Зарождение педагогических теорий в трудах древнегреческих философов: Демокрит, Сократ, Платон, Аристотель.
4. Педагогическая мысль в Древнем Риме: Цицерон, Сенека, Квинтилиана.
5. Христианская педагогика Альбина Акуина, Петра Абеляра, Фомы Аквинского.
6. Педагогическая мысль эпохи Возрождения: Т.Мор, Т.Кампонелла, Витторина де Фельтре.
7. Характеристика педагогических взглядов Ф.Рабле, Э.Роттердамского.
8. Памятники древнерусской педагогической литературы: «Изборник Святослава», «Поучение детям» Владимира Мономаха, «Домострой».
9. Основные положения педагогической концепции Джона Локка.
10. Роль М.В.Ломоносова в развитии национальной культуры, школы и просвещения.
11. Просвещение в России в эпоху Екатерины Великой.
12. Основные представители реформаторской педагогики: «Школа действия» В.А.Лай.
13. «Прагматическая педагогика» - Д.Дьюи.
14. «Экспериментальная педагогика» - Э.Торндайк.
15. «Трудовая школа и гражданское воспитание» - Г.Кершенштейнер.
16. Педагогическая мысль в первой половине XIX века: А.И.Герцен, В.Г.Белинский.
17. Развитие отечественной научной педагогики – К.Д.Ушинский.
18. Становление и развитие советской педагогики: А.В.Луначарский, Н.К.Крупская, С.Т.Шацкий.
19. Характеристика направлений в теории образования и воспитания: К.Н.Венцель, П.Ф.Коптерев, П.П.Блонский.
20. Педагогические идеи и педагогическая деятельность А.С.Макаренко.

Перечень вопросов зачёту

1. История педагогики и образования как область научного знания: предмет, задачи, источники, связь с другими науками.
2. Происхождение воспитания и его развитие в условиях первобытного общества.
3. Обряд инициации как форма организованного воспитания.
4. Воспитание и образования в странах Древнего Востока (Индия, Китай, Египет, Месопотамия).
5. Особенности воспитания и образования в Древней Греции (Спарта, Афины).
6. Зарождение педагогической мысли в трудах древнегреческих философов: Пифагора, Демокрита, Сократа, Платона, Аристотеля.
7. Воспитание, образование и педагогическая мысль в Древнем Риме: М.Т.Цицерон, Л.А.Сенека, Квинтилиан.
8. Особенности воспитания и обучения в эпоху средних веков. Характеристика церковных школ, епископальных (кафедральных) и монастырских школ.

9. Светское воспитание (рыцарская система).
10. Характеристика городских, гильдейских и цеховых школ.
11. Основные черты развития средневековых университетов.
12. Педагогическая мысль и школа эпохи Возрождения: Томас Мор, Томазо Кампанелла, Витторино де Фельтре.
13. Характеристика педагогических взглядов и педагогическая деятельность Ф.Рабле, Эразма Роттердамского.
14. Реформация и ее влияние на образование, и воспитание – Мартин Лютер.
15. Воспитание и обучение у древних славян до принятия христианства. Языческие традиции народной педагогики.
16. Влияние христианства на древнерусскую культуру и просвещение.
17. Развитие русской национальной школы в Киевской Руси. Мастера грамоты.
18. Рост просвещения в Русском государстве в XVII веке: начальные и греко-латинские школы. Московская славяно-греко-латинская академия.
19. Памятники Древнерусской педагогической литературы: «Изборник Святослава», «Поучение детям» В.Мономаха, «Домострой».
20. Педагогическая мысль в России к концу 17 века: М.Грек, Семеон Полоцкий, Е.Славинецкий.
21. Идеологи и теоретики в области образования: Феофан Прокопович, В.Н.Татищев.
22. Просветительные реформы Петра I. Специальные и общеобразовательные школы. Академия наук.
23. Московский университет и его влияние на развитие педагогики и школы. Роль М.В.Ломоносова в развитии национальной культуры, школы и просвещения.
24. Просвещение в России в эпоху Екатерины Великой.
25. Педагогическая деятельность И.И.Бецкова, Н.И.Новикова, А.Н.Радищева.
26. Ян Амос Коменский – основоположник системы научной педагогики.
27. Основные положения педагогической концепции Джона Локка.
28. Особенности развития школы в странах Западной Европы и США в эпоху Нового времени.
29. Школа и просветительно-педагогическая мысль в американских штатах в эпоху Европейского Просвещения - Бенджамин Франклин, Томас Джефферсон.
30. Сущность теории естественного свободного воспитания Ж.Ж. Руссо. Педагогический трактат «Эмиль, или О воспитании».
31. Основные черты педагогической теории и педагогической деятельности И.Г.Песталоцци.
32. Особенности педагогического учения И.Ф.Гербарта. Общественно-педагогическая и издательская деятельность Дистервега.
33. Педагогическая мысль во Франции 18 века: Д.Дидро, К.А.Гельвеция.
34. Педагогические проекты Великой Французской революции – Ж.Кондорсе, Л.М.Лепелетье.
35. Развитие школьного дела в первой четверти XIX в. - «Устав учебных заведений, подведомых университетам» (1804 г.).
36. Реформы в области образования - «Устав гимназий и училищ, состоявших в ведении университетов» (1828 г.).
37. Особенности реформ в области образования: «Положение о начальных училищах» (1864 г.); «Устав гимназий и прогимназий» (1864 г.); «Устав гимназий и прогимназий» (1871 г.).
38. Представитель реформаторской зарубежной педагогики: «Школа действия» В.А.Лай.
39. Представитель реформаторской зарубежной педагогики Д.Дьюи – «Прагматическая педагогика».
40. Представитель реформаторской зарубежной педагогики Э.Торндайк –

«Экспериментальная педагогика».

41. «Трудовая школа и гражданское воспитание» - Г.Кершенштейнер.
42. Характерные черты системы образования в дореволюционной России.
43. Система народного образования в дореволюционной России (начальное, среднее, высшее образование).
44. Педагогическая мысль в первой половине XIX века: А.И.Герцен, В.Г.Белинский.
45. Педагогические теории Н.Г.Чернышевского и Н.А.Добролюбова.
46. Развитие отечественной научной педагогики – К.Д.Ушинский.
47. Педагогическая система Л.Н.Толстого.
48. Первые декреты Советского правительства по народному образованию.
49. Основные положения государственных актов в области народного просвещения: «Положение о единой трудовой школе» и «Декларация о единой трудовой школе» (1918 г.).
50. Этапы осуществления всеобщего. (30-60 гг).
51. Противоречия, сложившиеся в общественной жизни и школе на рубеже 70-80 гг. XX века.
52. Реформа общеобразовательной и профессиональной школы (1984 г.).
53. Становление и развитие советской педагогики: А.В.Луначарский, Н.К.Крупская, С.Т.Шацкий.
54. Характеристика направлений в теории образования и воспитания: К.Н.Венцель, П.Ф.Коптерев, П.П.Блонский.
55. А.С.Макаренко. «Педагогическая поэма», «Флаги на башнях».
56. Педагогические идеи и творческая деятельность В.А.Сухомлинского.
57. Тенденции, характерные для современного образовательного пространства.
58. Современное образовательное пространство. Основные положения Болонского процесса.
59. Пути образования и воспитания в современной России.
60. Современные модели образования развитых стран.
61. История женского образования в России.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятель- ная работа
			Лекции	Семинарские занятия	
Раздел 1. Введение в историю педагогики и образования					
Второй	Тема1. Предмет, задачи, источники истории педагогики и образования	12	2	2	8
Раздел 2. Школа и педагогика в Древнем Мире и эпоху Средневековья					
Второй	Тема 2.1. Воспитание и обучение в условиях цивилизаций Древнего Востока, Древней Греции и Древнего Рима. Особенности воспитания и образования в эпоху средних веков	14	2	4	8
Раздел 3. Воспитание и школа в Славянском мире, Киевской Руси и русском государстве (VI-конец XVII вв)					
Второй	Тема 3.1. Воспитание, обучение и педагогическая мысль в Древней Руси и Русском государстве	14	2	4	8
Второй	Тема 4.1. Школа и педагогика в Новое время	12	2	4	6

	Тема 4.2. Зарубежная школа и педагогика в странах Западной Европы и США в XIX-XX в.	12		4	8
Раздел 5. Школа и педагогика в России в XVII -XX в.					
<i>Второй</i>	Тема 5.1. Школа и педагогическая мысль в России в XVII-XX в.	14	4	4	6
Раздел 6. Отечественная школа и педагогика советского периода и конца XX века					
	Тема 6.1. Советская школа и педагогика	16	4	4	8
Раздел 7. Ведущие тенденции современного развития образовательного процесса в мире и в России					
<i>Второй</i>	Тема 7.1. Глобальные тенденции современного образовательного пространства	14	4	4	6
	Итого:	108	20	30	58

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачетом в четвертом семестре. Зачет проводится в форме ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. История педагогики и образования : учеб. пособие для студ. вузов / И.Н. Андреева, Т.С. Буторина, З.И. Васильева ; ред. З.И. Васильева. - 5-е изд., стер. - М. : Академия, 2009. - 432 с.
2. Попов, В.А. История педагогики и образования : учеб. пособие для студ. вузов / В.А. Попов ; ред. В.А. Сластенин. - М. : Академия, 2010. - 208 с.

Дополнительная литература

1. Голованова, Н. Ф. Педагогика : учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / Н.Ф. Голованова. - М. : Академия, 2011. - 240 с.
2. Емельянова, И.Н. Теория и методика воспитания : учеб. пособие для студ. вузов / И.Н. Емельянова. - М. : Академия, 2008. - 256 с.
3. Педагогика : учеб. для студ. вузов / ред. П.И. Пидкасистый. - М. : Академия, 2010. - 512 с.

3.14. Рабочая программа учебной дисциплины «Социология физической культуры и спорта» основной образовательной программ направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание
 степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор - разработчик: Кошкарев Л.Т. к.п.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель изучения дисциплины «Социология физической культуры и спорта» - сформировать общекультурные и профессиональные компетенции, необходимые будущим бакалаврам адаптивной физической культуры для решения мировоззренческих и профессиональных задач данной отрасли. Исследовать социальные противоречия в развитии физической культуры, массового спорта, олимпийского движения и обосновать пути их преодоления, на данном этапе развития общества.

Кроме того дать будущим специалистам в области адаптивной физической культуры практические навыки подготовки и проведения конкретных социологических исследований практики физкультурного и спортивного движения, умения использовать их результаты в своей будущей деятельности.

Задачи дисциплины

Основные задачи курса:

- выявить возникновение и развитие физической культуры и спорта, как общественного явления, ее место в общем «механизме» функционирования и развития социальных систем;
- раскрыть социальную сущность физической культуры и спорта, показать ее место и роль в современном обществе, определить взаимосвязь с политикой, экономикой, культурой, здравоохранением и другими социальными сферами;
- разъяснить роль объективных и субъективных факторов влияющих на отношение различных социально-демографических групп населения к физической культуре и спорту, для лучшего понимания и объяснения интересов, мотивов, потребностей людей в этой сфере социальной жизни;
- сформировать у студентов навыки подготовки и проведения конкретных социологических исследований в сфере физической культуры и спорта, умения использовать результаты этих исследований в своей профессиональной деятельности;
- научить студентов применять полученные знания для осмысления современных социальных явлений и процессов в сфере физической культуры и спорта.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Сложные социальные процессы, качественные изменения, происходящие во всех сферах современного общества предъявляют все более высокие требования к теоретико-методологической и мировоззренческой подготовке специалистов в области адаптивной физической культуры.

«Социология физической культуры и спорта» относится к гуманитарному, социальному и экономическому циклу, вариативной части, дисциплина по выбору студентов.

Процесс обучения студентов происходит на третьем курсе (шестой семестр) очной формы, по направлению подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Учебная работа (36часов) проводится в виде аудиторных занятий, (36часов самостоятельная работа). Основными формами занятий по дисциплине являются лекции и практические занятия.

«Социология физической культуры и спорта» является составной частью социологической науки и строится на методологии общей социологии, так как социальная жизнь, к которой

относится и физическая культура и спорт – результат совместной деятельности и взаимодействия людей.

Для изучения дисциплины студент должен обладать необходимыми знаниями о двигательной активности, интересах, потребностях различных групп населения общества, задействованных в сфере физической культуры и спорта. Знать методы сбора социологической информации.

Дисциплина является предшествующей для изучения следующих дисциплин: теория педагогика физической культуры и др.и методика избранного вида спорта, менеджмент физической культуры и спорта,

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины «Социология физической культуры и спорта» в соответствии с ФГОС ВПО направлен на формирование следующих компетенций:

- ОК-1 – уважительного и бережного отношения к историческому наследию и культурным традициям;
- ОК-11 – осознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности;
- ОК-12 – использовать основные положения и методы социальных, гуманитарных и экономических наук при решении социальных и профессиональных задач;
- ОК-13 – анализировать социально-значимые проблемы и процессы;
- ПК-16 – формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться;
- ПК-36 – проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования.

В результате изучения дисциплины студент должен

- **знать:** основные культурологические понятия и значение физической культуры и спорта как неотъемлемой составляющей общечеловеческой культуры; как важнейшего фактора здорового образа жизни, определяющего развитие человеческого потенциала страны. Положение государства на мировой спортивной арене. Цели, задачи и методы профессиональной деятельности специалиста в сфере адаптивной физической культуры; основные направления прикладных исследований в данной области.

- **уметь:** выявлять факторы, обуславливающие повышение качества жизни, обеспечения здоровья, средствами физической культуры. Представлять информацию об адаптивной физической культуре в различных формах. Оценивать изменения в социально-экономической и политической жизни государства для формирования образовательных возможностей. в области адаптивной физической культуры, отвечающих потребностям современного российского общества.

- **владеть:** методами социально-культурного анализа; методами прикладных исследований по изучению проблем адаптивной физической культуры; методами прогнозирования развития данной отрасли; приёмами формирования общественного мнения о положительной роли физической культуры, как на воспитание личности, так и на различные социально-демографические группы населения.

Материально-техническое обеспечение

Для проведения лекционных занятий необходимо мультимедийное оборудование, на практических занятиях, по данной дисциплине, необходимы учебные пособия, методические разработки для выполнения практических работ по проведению социологического исследования, калькуляторы.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Социология физической культуры и спорта» содержит разделы:

Раздел 1. Социология, как наука об обществе.

Раздел 2. Методология, методы и организация конкретного социологического исследования.

Раздел 3. Социология физической культуры и спорта.

Раздел 4. Проведение и анализ результатов социологического исследования.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Критерии понятия общества.
2. Макросоциологические теории.
3. Понятие системы, общество как социетальная и социальная системы, их структурные образования.
4. Роль физической культуры и спорта в современном обществе.
5. Необходимость социологических знаний о социальной структуре общества будущим специалистам в области физической культуры и спорта.
6. Социальные проблемы, стоящие перед физкультурно-спортивным движением на данном этапе развития общества.
7. Определение понятий: методология, методы, техника, процедуры, социологическое исследование и другие.
8. Программа исследования: структура, функции, требования.
9. Обоснование проблемы, объекта, предмета, цели и задач исследования, выдвижение рабочих гипотез.
10. Методика построения программы и плана исследования.
11. Методы сбора социологической информации при проведении аналитического, описательного и пилотажного исследований.
12. Правила составления анкеты и ее проверки, требования к анкете.
13. Особенности проведения интервью, его достоинства и недостатки.
14. Особенности проведения экспертизы, отбор и требования к экспертам.
15. Физическая культура – часть культуры общества.
16. Физическая культура и здоровый образ жизни.
17. Причины, лежащие в основе низкой двигательной активности населения.
18. Модели спорта.
19. Профессионализация спорта высших достижений.
20. Основные группы ценностей, лежащие в основе физкультурно-спортивной деятельности.
21. Отношение к занятиям физической культурой и спортом различных социально-демографических групп населения.
22. Проблемы детско - юношеского спорта.

Перечень вопросов к зачету

РАЗДЕЛ I. Общая социология

1. Предмет, задачи, история развития социологии.
2. Функции, основные подходы изучения социологии.
3. Специальные социологические теории, значение социологических знаний в современном обществе и место социологии в системе наук.
4. Макросоциологические теории, общество - как социальная система.
5. Общество – как система двух уровней, их элементы.
6. Микро, макроструктуры и их структурное образование.
7. Социальная структура общества.

8. Социальные институты.

РАЗДЕЛ II. Методология и методика социологического исследования

1. Социологическое исследование – методология, техника. Процедуры, этапы проведения.
2. Виды социологического исследования. Точечное, повторное исследование.
3. Программа социологического исследования, структура программы.
4. Обоснование проблемы, определение предмета и объекта исследований.
5. Гипотеза, задачи, цель социологического исследования.
6. Выборка в социологическом исследовании. Требования к выборке.
7. План исследования, ключевые виды работ, исследовательских процедур, включенные в план.
8. Требования и функции программы исследования.
9. Измерение социальных характеристик, классификация шкал, валидность, полнота, чувствительность шкалы, поиск индикатора.
10. Методы социологического исследования, их характеристика.
11. Общая характеристика метода опроса. Основные виды опроса.
12. Социологическая анкета, принципы построения, структура анкеты, техника распределения и возврата анкет.
13. Требования к вопросам анкеты. Виды вопросов, их классификация.
14. Интервью в социологическом исследовании. Основные виды интервью, его этапы.
15. Анкетирование в социологическом исследовании. Особенности и разновидности, достоинства и недостатки.
16. Социологическое наблюдение как метод сбора научной информации, виды и способы, разновидности наблюдений.
17. Изучение документов как метод социологического исследования. Классификация анализ документов.
18. Эксперимент как метод социологического исследования. Сущность эксперимента и его особенности.
19. Метод экспертной оценки.

РАЗДЕЛ III. Социология физической культуры и спорта

1. Предмет, задачи социологии физической культуры, возникновение и развитие социологии физической культуры и спорта как науки, и ее место в системе наук.
2. Физическая культура как социальный институт.
3. Роль и место физической культуры и спорта в образе жизни общества.
4. Основные социологические проблемы физкультурного спортивного движения.
5. Социальные функции ФК и С.
6. Социальная структура ФК и С.
7. Роль и место ФК и С в структуре современного общества.
8. Социологические проблемы, структура, содержание, функции массового спорта.
9. Социологические проблемы массовой ФК.
10. Социологические проблемы СВД.
11. Социологические проблемы ОД.
12. Спорт – как соревновательная деятельность, функции соревнований.
13. Проблема “любительства” и “профессионализма” в спорте.
14. Профессионализация спорта высших достижений.
15. Содержание понятия термина “профессия”. Спорт Высших достижений как профессиональная деятельность.
16. Социологические проблемы зрелищного спорта.
17. Спорт и личность, социологическая типология личности в спорте.
18. Спорт и образ жизни.
19. Основные характеристики спортивной деятельности.
20. Взаимодействие МСД с другими сферами социальной жизни и социальными институтами.

21. Влияние объективных и субъективных факторов личностных и ролевых характеристик на отношение ФК и С.
22. Интересы, потребности, ценностные ориентации и мотивы занятий ФК и С у различных групп населения.
23. Характеристика объема, структуры и содержания свободного времени занятого ФК и С у различных социально-демографических групп населения.
24. Основные социальные факторы, влияющие на динамику физкультурно-спортивной активности личности.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам.работа
			Лекции	Практические занятия	
1	Раздел 1. Социология как наука об обществе.				
	1.1.Социология как наука об обществе	8	1	1	6
	1.2.Роль и место физической культуры в структуре современного общества	4	1	1	2
2	Раздел 2. Методология, методы и организация социологического исследования.				
	2.1Виды социологического исследований в области физической культуры и спорта.	8	2	2	4
	2.2. Методы, применяемые в социологическом исследовании.	4	2	2	
3	Раздел 3. Социология физической культуры и спорта.				
	3.1. Социология физической культуры и спорта и её место в системе наук.	2	1	1	

	3.2. Социальная структура физической культуры и спорта.	6	1	1	4
	3.3. Социологические проблемы массовой физической культуры, массового спорта.	6	2	2	2
	3.4. Социологические проблемы спорта высших достижений и международного олимпийского движения. Социальный облик и статус спортсмена.	10	2	2	6
	3.5. Отношение к физической культуре и спорту различных социально-демографических групп населения.	6	2	2	2
4	Раздел 4. Проведение и анализ результатов социологического исследования				
	4.1. Разработка проекта программы и плана социологического исследования.	6		2	4
	4.2. Разработка инструментария для сбора социологической информации	2		2	
	4.3. Обработка результатов анкетного опроса (вопросов, связанных с оценкой качества).	5		1	4

4.4. Обработка результатов анкетного опроса (закрытых вопросов).	3		1	2
4.5. Анализ результатов социологического исследования в сфере физической культуры и спорта.	1		1	
4.6. Социальные аспекты физической культуры и спорта. Контрольная работа	1		1	
Итого:	72	14	22	36

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Процесс обучения на третьем курсе (шестой семестр) завершается зачетом, который проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты. До начала экзаменационной сессии каждый студент должен выполнить учебные задания, защитить проведенное социологическое исследование в сфере физической культуры.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Социология физической культуры и спорта: Учебник /В.И. Столяров – М.: Физическая культура, 2005. – 400 с.
2. Социология физической культуры и спорта; Учеб. Пособие. Л.Т. Кошкарёв, ИА, Филина. – Великие Луки: Изд-во, 2010. – 168с.
3. Лубышева, Л.И. Социология физической культуры и спорта: Учеб. Пособие. – 2-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 240 с
4. Лубышева, Л.И. Социология физической культуры: учебное пособие. – 3-е изд. перераб. И доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2010. – 272 с.
5. Хлопков, А.В. Социально-педагогические аспекты концепции взаимоотношения спорта и политики: автореф. дис ...канд. пед. наук. – М., 2003. – 19 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Хрестоматия по социологии физической культуры и спорта /Сост.: В.И. Столяров, Н.Н. Чеснаков, Е.В. Стопникова. – М. Физическая культура, 2005. – ч. 1. – 448 с.
Хрестоматия по социологии физической культуры и спорта /Сост.: В.И. Столяров, Н.Н. Чеснаков, Е.В. Стопникова. – М. Физическая культура, 2005. – ч. 2. – 448 с.

3.14. (а) Рабочая программа учебной дисциплины «Социология» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» по профилю подготовки - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор – разработчик: старший преподаватель кафедры гуманитарных и социально – экономических дисциплин Гулин А. А.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Дисциплина «Социология» ставит своей целью: дать студентам знания основ и закономерностей функционирования социологической науки, выделяя ее специфику, раскрывая принципы соотношения методологии и методов социологического познания; помочь овладеть этими знаниями во всем многообразии научных социологических направлений, школ и концепций, в том числе и русской социологической школы; способствовать подготовке широко образованных, творческих и критически мыслящих бакалавров, способных к анализу и прогнозированию сложных социальных проблем, а также овладению методикой проведения социологических исследований.

Задачи дисциплины

- рассмотреть основные этапы развития социологической мысли и современные направления социологической теории;
- ознакомить с определением общества как социальной реальности и целостной саморегулирующейся системы;
- разъяснить сущность социальных институтов, обеспечивающих воспроизводство общественных отношений;
- ознакомить с основными этапами культурно-исторического развития обществ, механизмов и форм социальных изменений;
- разъяснить сущность социологического понимания личности, понятия социализации и социального контроля; личности как субъекта социального действия и социальных взаимодействий;
- разъяснить сущность межличностных отношений в группах; особенностей формальных и неформальных отношений; природы лидерства и функциональной ответственности;
- разъяснить сущность механизма возникновения и разрешения социальных конфликтов;
- разъяснить сущность культурно-исторических типов социального неравенства и стратификации; представления о горизонтальной и вертикальной социальной мобильности;
- разъяснить сущность основных проблем стратификации российского общества, возникновения классов, причины бедности и неравенства, взаимоотношений социальных групп, общностей, этносов;
- ознакомить с процессом и методами социологического исследования.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Социология» относится к вариативной части дисциплин (по выбору студента) гуманитарного, социального и экономического цикла (Б1).

Для освоения данной дисциплины обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, которые студенты получили в процессе изучения «Обществознание» и «История Отечества», «Всемирная история» в общеобразовательных школах.

Дисциплина «Социология» является интегративной междисциплинарной наукой, в которой содержатся основы знаний целого ряда естественных, социальных и гуманитарных дисциплин. Она тесно связана с естественными науками: математикой, демографической, экономической и социальной статистикой, информатикой и находится под их влиянием. Плодотворна связь социологии и социальных наук: социологии и истории, социальной философии, экономики, социальной психологии, политологии, культурологии, социальной антропологии, права и

т.д. Поэтому, изучение дисциплины «Социология» является закономерным продолжением изучения таких учебных дисциплин, как «История», «Культурология», «Философия», «Математика», «Информатика».

В отличие от других дисциплин «Социология» призвана помочь студентам понять окружающие их социальные явления и процессы, происходящие в данный момент в России; исследует острые общественные вопросы социального неравенства, бедности и богатства, болезненных процессов, происходящих во всех институтах российского общества, формируя активную жизненную и гражданскую позицию студентов, их ценностные ориентации, в том числе и профессиональные.

Программой курса предусмотрено чтение лекций, проведение семинарских занятий, выполнение контрольных работ, написание рефератов.

Особенностью семинарских занятий при изучении дисциплины «Социология» является то, что студентами будет реализовываться практическая деятельность по организации, проведению, интерпретации результатов прикладных социологических исследований на основе полученных теоретических знаний.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-1, ОК-11, ОК-12, ОК-13, ПК-16, ПК-36.

В результате освоения дисциплины студент должен

Знать:

сущность понятий социальное взаимодействие, порождающее «социальность», интегрирование людей посредством самоидентификации в общности различных уровней, социокультурная система, атрибуты культуры;

историю становления и развития социологической мысли, основные научные школы социологии, достижения и наработки зарубежных и отечественных социологов, методологию проведения социологических исследований при выстраивании линии профессионального и социального поведения.

Уметь:

оценивать различные жизненные ситуации, выявлять проблемы, анализировать зависимости процессов, происходящих в профессиональной сфере, от изменений, происходящих в социально-экономической, политической жизни общества;

систематизировать и определять принципиальные и значимые проблемы общественной жизни; формулировать цели и задачи, предлагать методы для решения проблем, достижения целей, выполнения задач в профессиональной и социальной деятельности.

Владеть:

отдельными методами проведения прикладных социологических исследований, различными формами организации занимающихся при проведении рекреационных занятий.

Материально-техническое обеспечение дисциплины

Занятия проводятся в лекционных и учебных аудиториях. Помещения укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и в необходимых случаях видеопроектором для представления учебной информации студентам. Используются наборы учебно-наглядных пособий, обеспечивающих показ тематических иллюстраций во время проведения лекционных занятий и занятий, проводимых в интерактивных формах.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Социология» содержит разделы:

Раздел 1. Социология как наука

Раздел 2. Общество как социокультурная система

Раздел 3. Личность и общество

Раздел 4. Социальные группы и общности

Раздел 5. Социальные институты и социальные организации

Раздел 6. Методология и методы социологического исследования

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Кто впервые ввел в научный оборот понятие социология?
2. Чем отличается предмет социологии от её объекта?
3. Раскройте содержание понятия "социальное"?
4. Какова структура социологического знания?
5. Назовите основные функции социологии и раскройте их сущность.
6. Какое место среди других наук занимает социология?
7. В чём значение социологии и почему возрастает её роль в современных условиях?
8. Что изучает социология?
9. Что такое социологические методы исследования и какие их виды вам известны?
10. Какие особенности присущи социологии как науке?
11. Что такое социальный закон?
12. Каковы особенности научного знания о социальной реальности?
13. Какова предыстория и социально-философские предпосылки возникновения социологии как науки?
14. Каковы особенности русской социологической мысли? Каковы особенности становления социологии в России?
15. Опишите основные направления русской социологической мысли: гео-графическое (Л.И. Мечников, С.М. Соловьев, В.О. Ключевский); органическое (А.И. Стронин, П.Ф. Лилиенфельд); субъективное (П.Л. Лавров, Н.К. Михайловский); психологическое (Н.И. Кареев, Л.И. Петражицкий); многофакторное (М.М. Ковалевский); марксистское (Г.В. Плеханов, В.И. Ленин).
16. В чем заключалось развитие социологической теории П. Сорокиным: российский период?
17. Как развивалась социология в СССР?
18. Социологическая мысль в период реформирования России: что нового?
19. Какие существуют подходы к определению понятия общества?
20. Что такое общество как система?
21. Каковы основные элементы общества как системы?
22. Дайте характеристику понятия "социальное действие", "социальные связи" и "социальное взаимодействие".
23. Назовите основные сферы общественной жизни и объясните, чем они обусловлены.
24. Какие типы общества вы знаете?
25. Какие общества считаются "открытыми", а какие - "закрытыми"?
26. Что такое социальные институты и организации?
27. Какова структура, функции и дисфункции социальных институтов?
28. Что такое явные и латентные функции?
29. Что такое социальный институт как нормативная система.
30. Что такое динамика социальных институтов?
31. Что такое типы социальных институтов?
32. Социальные институты: политики, экономики, образования и науки, религии, права, семьи.
33. Что такое социальная группа?
34. Что такое социальная общность?
35. Составьте таблицу классификации социальных групп.
36. Что такое малая социальная группа?
37. Что такое социально - территориальные и национальные (этнические) общности и каковы их виды?
38. Что такое социальная организация?
39. Каковы характерные типы социальных организаций?
40. Что такое добровольные ассоциации?
41. Что такое учреждения тотального типа?

42. Какие черты выделял М. Вебер для бюрократии?
43. Какие основные черты социальной организации выделял А. Пригожин?
44. Какие существуют аспекты управления в организациях?
45. Что такое формальные и неформальные организации?
46. Что такое макро – и микрогруппы?
47. Что такое "социальная стратификация общества"?
48. Назовите основные признаки социальной стратификации общества.
49. Чем отличается понятия "класс" и "страта"?
50. Раскройте содержание понятия "социальная мобильность".
51. Каковы основные тенденции в развитии социальной стратификации российского общества?
52. Раскройте понятие «социальный статус».
53. Дайте характеристику понятиям "человек", "индивид", "индивидуальность", "личность".
54. Назовите основные концепции развития личности.
55. Назовите основные типологии личности.
56. Что такое социальный статус и социальная роль?
57. Что означает понятие «социализация личности»?
58. Назовите основные институты социализации и их роль в формировании личности.
59. Что представляют собой виды отклоняющегося поведения?
60. Что такое первичная и вторичная девиация?
61. Опишите индивидуальные и коллективные формы отклоняющегося поведения.
62. Опишите социально-экономические, социальные, политические и духовные причины появления социальных групп отклоняющегося поведения.
63. Есть ли биологические предпосылки криминального поведения?
64. Назовите основные причины и виды криминального поведения.
65. Каковы особенности социологических исследований?
66. Насколько возможно обобщение?
67. Использование теории вероятностей при проведении социологического исследования.
68. Что такое стохастичность получаемых данных?
69. Что такое выборочный метод при сборе данных?
69. Анализ: приоритетность первичного массива или отвлечённых показателей?
70. Европейская и американская традиции социологического исследования.
71. Значение социологических исследований для принятия управленческих решений.
72. Публичные, конфиденциальные и академические исследования.
73. Каково обратное влияние общества и социальных институтов на исследовательский процесс?
74. Что представляет собой программа социологического исследования?
75. Из каких структурных разделов состоит программа социологического исследования?
76. Каковы основные функции программы социологического исследования?
77. Как определяются проблема, цель и задачи социологического исследования?
78. Каково различие между объектом и предметом социологического исследования?
79. В чем заключается системный анализ объекта исследования?
80. Дайте характеристику понятийного аппарата социологического исследования.
81. Каковы возможности и ограничения логического анализа понятий?
82. Каково отличие теоретической интерпретации понятий от эмпирической интерпретации понятий?
83. Что такое «операционализация понятий»?
84. Каковы виды и уровни операционализации понятий?
85. Что такое методический и процедурный разделы программы конкретно-социологического исследования?
86. Что такое стратегический (принципиальный) план исследования и каковы его типы?
87. Обоснование методов сбора, обработки и анализа социологической информации.
88. Характеристика рабочего плана исследования и его структурных элементов.

89. Что включает понятие «сетевой график»?
90. Что такое формулировка целей, задач, объекта исследования?
91. Каковы задачи исследователя?
92. Что такое рабочий план исследователя и каковы его показатели?
93. Что такое фактологическое, документальное, финансовое и материально-технологическое обеспечение исследований?
94. Что такое программа исследования и каковы её разделы?
95. Каково предназначение гипотез в социологическом исследовании?
96. Как классифицируются и проверяются гипотезы?
97. Назовите основные элементы рабочего плана исследования.
98. Какие методы сбора эмпирической информации применяются в социологических исследованиях?
99. Какие известны причины использования выборки?
100. Что такое генеральная и выборочная совокупности?
101. Виды вероятностной выборки: случайная, механическая, типическая, серийная.
102. Факторы выбора между вероятностной и квотной выборкой. Что такое многоступенчатая выборка?
103. Какова специфика формирования выборки в качественных исследованиях?
104. Какие способы применяются для формирования выборочной совокупности?
105. Как возникают и устраняются ошибки выборки?
106. Каковы критерии выбора способов сбора первичной социологической информации при проведении прикладного исследования?
107. Как классифицируются документы в социологии?
108. Назовите основные типы социологического анализа документов.
109. В чем преимущества и недостатки различных видов социологического опроса?
110. Какие виды анкетирования используются в социологическом исследовании?
111. Каковы особенности интервью как метода сбора социологической информации?
112. В чем заключается специфика экспертного опроса?
113. Назовите достоинства и недостатки наблюдения в социологии.
114. Каковы возможности и границы социального эксперимента?
115. Техника составления опросных документов, их обусловленность программой исследования.
116. Оценка предварительной пригодности документов (критика источника).
117. Достоинства и недостатки контент-анализа.
118. Способы регистрации результатов наблюдения, специфика их обработки и интерпретации.
119. Основные элементы структуры социального эксперимента.
120. Как осуществляется подготовка социологической информации к обработке?
121. В чем заключается количественный анализ социологической информации?
122. Какова специфика качественного анализа социологической информации?
123. Что такое модели системного анализа, их критерии, ограничения?
124. Каковы возможности обобщения получаемых закономерностей?
125. Что такое систематизация, типологизация?
126. Виды объяснений.
127. Что такое скрытые связи и их диагностика?
128. Что такое социометрический анализ?
129. Что такое социоматрица?
130. Что такое детерминационный анализ?
131. Какова специфика анализа в качественных исследованиях?
132. Что такое аналитическое сравнение?
133. Что такое метод идеальных типов?
134. Что такое техника репертуарных решёток?
135. Отчет как основной документ – итог проведенного исследования.
136. Необходимые элементы структуры отчета.

137. Требования к отчётам: научность и воспринимаемость.
138. Эффективность выводов исследования.
139. Каковы особенности интерпретации социологических данных?
140. Как осуществляется подготовка документов по итогам социологического исследования?

Примерная тематика рефератов

1. Условия и причины возникновения и развития социологии как науки.
2. Позитивистская социология Огюста Конта.
3. Герберт Спенсер и его роль в развитии социологии.
4. Становление и развитие социологии в научной деятельности Эмиля Дюркгейма.
5. Карл Маркс как один из мыслителей XIX века.
6. Теория "идеального типа" М. Вебера.
7. Развитие социологической науки в трудах Питирима Сорокина.
8. Теории социального действия М. Вебера и Т. Парсонса: сравнительный анализ.
9. Древнекитайская мысль об оптимальном типе общественных отношений.
10. Судьба социологии как науки в России.
11. Основные идеи позитивистской социологии XIX в. в России и на Западе.
12. Современные социологические теории.
13. Общение как условие становления человека (по Дж. Г. Миду).
14. Синергетика в социологическом знании.
15. Этнокультурная самоидентификация личности.
16. Патернализм, клиентелизм и личностная свобода.
17. Социальность и духовность личности.
18. Поле реализации личности в социуме.
19. Влияние СМИ на выбор личностных стратегий.
20. Социальная политика и личность.
21. Досуг и его изучение в социологии досуга.
22. Наука и изучение ее социальных аспектов в социологии образования и социологии воспитания.
23. Мораль как один из древнейших социальных институтов.
24. Социология музыки, театра, кино, ТВ.
28. Социальная структура в постсоветском обществе: новые социальные слои, группы.
29. Проблема межнациональных конфликтов в постсоветском обществе.
30. Базисные элементы культуры общества: традиции, обычаи, нравы, ценности.
31. Государство как институциональная система.
32. Семья как социальный институт в начале третьего тысячелетия.
33. Жизненный цикл семьи: понятие и проблемы моделирования.
34. Российская семья.
35. Развод как социальная проблема.
36. «Кризис» семьи как социального института.
37. Студенческая семья: основные тенденции и проблемы.
39. Политические партии как социальный институт.
40. Конкретно-социологические исследования как важный элемент социологического знания. Основные методы их проведения.
41. Подготовка и проведение эмпирического социологического исследования.
42. Использование качественных методов в современной социологии (на примере материалов гендерных исследований).
43. Метод фокус-групп в маркетинговых и политических исследованиях.
44. Роль и значение общественного мнения в государственном и социальном управлении.
45. Возможности применения социологических исследований в практической жизнедеятельности.
46. Стиль жизни студенчества: показатели и тенденции.

47. Актуальные проблемы российского студенчества.
48. Субкультура молодежи: современные ценностные ориентации молодых россиян.
49. Современные теории социальной стратификации.
50. Социологический анализ бедности как социального явления.
51. Богатство и бедность в современной России.
52. Социальная структура современного российского и западного обществ: сравнительный анализ.
53. Средний класс — критерии принадлежности и проблемы становления.
54. Проблемы социальной мобильности в России.
55. Этнические общности и их характеристика.
56. Динамика настроений различных электоральных групп в современной России.
57. Тенденции развития народонаселения России.
58. Динамика развития общественных систем («постиндустриальное» общество Д. Белла, «субиндустриальное» общество О. Тоффлера, общество «сервисного» типа Р. Дарендорфа).
59. Социальные проблемы российских городов.
60. Социальные причины суицида.
61. Наркотики как социальное явление.
62. Социальные последствия безработицы.
63. Социальные нормы как регуляторы поведения личности.
64. Динамика этнических процессов и современном российском обществе.
65. Социологический анализ «массовой культуры».
66. Социальные и культурно-исторические корни алкоголизации в России.

Перечень вопросов к зачету

1. Социология как наука, ее предмет и место в системе социально-гуманитарного знания.
2. Структура и функции социологии.
3. Исторические предпосылки возникновения социологии.
4. Теоретические (философские) предпосылки возникновения социологии.
5. Социологическая концепция Г. Спенсера.
6. Классический тип научности социологии. Учение о методе Э. Дюркгейма.
7. К. Маркс, его место в истории общественной мысли XIX в. Основные положения социологической теории К. Маркса.
8. «Понимающая социология» Г. Зиммеля и М. Вебера.
9. Развитие социологии в дореволюционной России.
10. Этапы и особенности развития социологии в СССР.
11. Основные положения социологии функционализма Р. Мертон и Т. Парсонса.
12. Общество как социальная система.
13. Культура как объект социологического изучения. Роль и значение культуры в жизни человека и общества.
14. Социологический подход к изучению личности. Основные социологические теории личности.
15. Стадии, основные факторы и механизмы социализации личности.
16. Социальные нормы, их виды и функции в обществе.
17. Теории «аномии» Э. Дюркгейма и индивидуального приспособления Р. Мертон.
18. Девиантное поведение. Основные теории девиантного поведения.
19. Социальный контроль как средство регуляции поведения членов общества и его механизмы.
20. Социальная структура общества. Теории социальной стратификации.
21. Социальная мобильность и ее виды.
22. Понятие и типы маргинальности.
23. Социальные институты и организации, их роль в жизни общества.
24. Социальные группы и их роль в общественной жизни.
25. Теоретическая подготовка и основные этапы проведения социологического исследования.

26. Наблюдение и анализ документов как методы сбора информации в социологических исследованиях, их специфика и познавательные возможности.

27. Основные виды опросных методов сбора социологической информации, их специфика, преимущества и недостатки.

28. Конструирование социологической анкеты.

29. Достоверность социологической информации и приемы ее обеспечения. Репрезентативность социологического исследования (проблема выборки).

30. Метод эксперимента в социологии.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучени я	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельна я работа
			Лекции	Семинарские занятия	
Раздел 1. Социология как наука					
Третий	Тема 1.1. Объект и предмет социологии. Взаимодействие социологии с другими науками естественного, гуманитарного и социально – экономического циклов.	8	2	2	4
	Тема 1.2. История становления и развития социологии	8	2	2	4
Раздел 2. Общество как социокультурная система					
	Тема 2.1. Общество как системное образование	6	2	2	2
	Тема 2.2. Культура как система ценностей и норм общества.	4	-	-	4
Раздел 3. Личность и общество					
	Тема 3.1. Социализация личности	4	-	2	2
	Тема 3.2. Социологические концепции личности. Контрольная работа № 1 по теме «Объект и предмет социологии. Социальные и философские предпосылки возникновения социологии. Социологические концепции личности».	6	-	2	4
Раздел 4. Социальные группы и общности					
	Тема 4.1. Социальные группы и социальные общности	6	2	2	2
	Тема 4.2. Социальная стратификация общества.	4	-	2	2
Раздел 5. Социальные институты и социальные организации.					
	Тема 5.1. Социальные институты и социальные организации.	6	2	2	2
	Тема 5.2. Семья как важнейший социальный	4	-	2	2

	институт				
Раздел 6. Методология и методы социологического исследования.					
	Тема 6.1 Социологические исследования как инструмент познания и преобразования общественных отношений.	4	-	2	2
	Тема 6.2 Выдвижение гипотез в процессе социологического исследования. Предварительный этап социологического исследования.	4	-	2	2
	Тема 6.3 Методы сбора первичной эмпирической социологической информации.	4	-	2	2
	Тема 6.4 Обработка, анализ, обобщение и отображение социологической информации. Контрольная работа № 2 по теме: «Социальные группы и социальные общности. Социальные институты и социальные организации. Методология и типология, формы и методы социологического исследования».	4	-	2	2
	Итого	72	10	26	36

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Формой итогового контроля является зачет, проводимый как собеседование.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (обязательная):

- 1) Социология : учеб.пособие / Ю.С. Борцов. - М.: ИНФРА-М, 2011. - 351 с.
- 2) Социология / А.И. Кравченко, В.Ф. Анурин. - М.: ИНФРА - М, 2012. - 623 с.
- 3) Социология. Учебник для бакалавров. 4 - е издание. Отв. редактор: д. с. н. Глазырин В. А. - М.: Юрайт, 2012. - 400 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная):

- 1) Учебный социологический словарь / В.Д. Никитин, А.В. Починкин. - Малаховка : Книга и Бизнес, 2009. - 278 с.
- 2) Социология : учеб.для вузов / А.И. Кравченко, В.Ф. Анурин. - СПб. : ПИТЕР, 2010. - 432 с.
- 3) Социология: Основы общей теории. [Электронный ресурс]: Учебное пособие. – М.: Флинта, 2011, - 256 с. // - Режим доступа <http://www.iqlib.ru/book/book.visp?UID={369791BF-9519-4662-832E-62C5E97F3E05}&page=1&resIndex=2&resType=1&action=NextChapter&searchWithText=True&idsLink=2004>

- 4) Добренское В.И., Полякова Н.Л. Методология анализа историко-социологического процесса. Критерии его периодизации. [Электронный ресурс]: Добренское В.И., Полякова Н.Л., Батуренко С.А. и др. / Вестник Московского университета. Серия 18. Социология и политология. № 1 / Москва / МГУ / 2011 // - Режим доступа <http://www.iqlib.ru/book/book.visp?uid={723668B9-0D5D-474C-AE06-4F75056D482C}&action=text&resIndex=1&resType=1&searchWithText=True>
- 5) Турченко В.Н. Фундаментальные основы современного социологического знания. [Электронный ресурс]: Монография. Барнаул, Новосибирск / Интеграция / 2010 // - Режим доступа: <http://www.iqlib.ru/book/book.visp?UID={36C874DD-7D55-4371-94EC-F0E47F2F68D0}&page=1&resIndex=8&resType=1&action=NextChapter&searchWithText=True&idsLink=2004>
- 6) Мальсагова Х.И. О. Конт и Н.И. Кареев: развитие позитивизма в России. [Электронный ресурс]: Добренское В.И., Корецкий В.А., Халиков М.С. и др. / Вестник Московского университета. Серия 18. Социология и политология. № 4 / Москва / МГУ / 2011 // - Режим доступа: <http://www.iqlib.ru/book/book.visp?uid={23A2A8DD-B3E0-4FC1-BF13-6CE79F1FC7C0}&action=text&resIndex=11&resType=1&searchWithText=True>
- 7) Горохов В.Ф. / Социология: [Электронный ресурс]: Учебное пособие. Часть 1 / Москва / МИФИ / 2008 // - Режим доступа: <http://www.iqlib.ru/book/book.visp?UID={37CA0E13-88E8-43B0-A87E-73CC3476CE2E}&page=1&resIndex=16&resType=1&action=NextChapter&searchWithText=True&idsLink=2004>
- 8) Суперека С.В. / Социология: [Электронный ресурс]: Учебный минимум / Москва / Юриспруденция / 2009 // - Режим доступа: <http://www.iqlib.ru/book/book.visp?uid={A27D8C48-40F9-489E-9BA5-A1BF465C4CC9}&action=text&resIndex=21&resType=1&searchWithText=True>

3.15. Рабочая программа учебной дисциплины «Математика» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Авторы-разработчики: Алексеева И.В., старший преподаватель

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель дисциплины «Математика» - сформировать общекультурные и профессиональные компетенции, необходимые будущим бакалаврам адаптивной физической культуры для решения профессиональных задач с применением математических методов анализа и моделирования.

Кроме этого, изучение дисциплины «Математика» способствует формированию основ естественнонаучного мировоззрения, математической культуры, а также развитию логического мышления.

Задачи дисциплины

Сформировать базовые теоретические знания и практические навыки решения типовых задач по следующим разделам высшей математики: линейная алгебра, аналитическая геометрия, математический анализ, дифференциальные уравнения, теория вероятностей и математической статистики; а также умение использовать математические модели при решении профессиональных задач.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Математика» относится к базовой части математического и естественнонаучного цикла (Б 2) ООП бакалавриата и предназначена для изучения студентами 1-го курса очной формы обучения по направлению подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Рекомендуется изучать ее в 1 семестре.

Учебная работа (54 часа) проводится в виде аудиторных занятий (54 часа – самостоятельная работа). Основными формами занятий по математике являются лекции и практические занятия.

Для изучения дисциплины студент должен обладать математическими знаниями и умениями в объеме курса средней школы.

Дисциплина является предшествующей для изучения следующих дисциплин: физика, химия, компьютерная обработка данных экспериментальных исследований, спортивная метрология и др.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины «Математика» в соответствии с ФГОС ВПО направлен на формирование следующих компетенций:

- ОК-4 - владение культурой мышления, способность к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения;
- ОК-5 - умение логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь;
- ОК-14 - использование основных законов естественнонаучных дисциплин в профессиональной деятельности, применение методов математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования;

- ПК-37 - способность проводить обработку результатов исследования с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы;
- ПК-38 - способность проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности.

В результате изучения дисциплины студент должен

- **знать**: основные понятия и методы математического анализа, алгебры, геометрии и дискретной математики, теории дифференциальных уравнений и численных методов интегрирования, основы теории вероятностей и математической статистики, математического моделирования;
- **уметь**: использовать основы математического анализа, дифференцирования и интегрирования уравнений, описывающих движение человека, теории вероятностей и математической статистики для обработки эмпирических данных;
- **владеть**: математическими методами анализа и моделирования

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Математика» содержит разделы:

- Раздел 1. Числовые множества
- Раздел 2. Аналитическая геометрия на плоскости
- Раздел 3. Линейная алгебра
- Раздел 4. Векторная алгебра
- Раздел 5. Введение в анализ
- Раздел 6. Дифференциальное исчисление функций одной переменной
- Раздел 7. Интегральное исчисление функций одной переменной
- Раздел 8. Дифференциальные уравнения
- Раздел 9. Элементы теории вероятности и математической статистики

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Числовые множества. Операции над действительными числами
2. Комплексные числа.
3. Полярная система координат.
4. Прямая на плоскости\
5. Матрицы
6. Определители 2 и 3-го порядка
7. Формула Лапласа
8. Обратная матрица
9. Решение систем линейных уравнений методом Крамера
10. Решение систем линейных уравнений матричным методом
11. Решение систем линейных уравнений методом Гаусса
12. Векторы. Основные определения.
13. Линейные операции над векторами (сумма и разность векторов, умножение вектора на число).
14. Координаты вектора. Простейшие действия над векторами, заданными своими координатами. Длина вектора.
15. Скалярное произведение векторов и его свойства.
16. Векторное произведение векторов и его свойства
17. Переменная величина. Область ее определения.

18. Понятие функции. Область определения и область значения функции. Способы задания функции.
19. Ограниченность, монотонность, четность и периодичность функции. Возрастание и убывание функции. Обратная функция. Сложная функция.
20. Основные элементарные функции, их свойства и графики.
21. Непрерывность функции.
22. Производные и дифференциалы высших порядков.
23. Приложение производной.
24. Методы интегрирования неопределенного интеграла
25. Вычисление определенных интегралов.
26. Площадь криволинейной фигуры.
27. Приближенное вычисление определенных интегралов.
28. Дифференциальные уравнения первого порядка с разделяющимися переменными. Задача Коши.
29. Линейные однородные дифференциальные уравнения 2-го порядка с постоянными коэффициентами.
30. Элементы теории вероятностей.
31. Случайные величины. Закон распределения случайной величины. Характеристики случайных величин.
32. Элементы мат. статистики

Перечень вопросов к зачету

1. Прямоугольная и полярная системы координат.
2. Простейшие задачи на плоскости.
3. Прямая линия. Виды уравнений прямой.
4. Угол между двумя прямыми, заданными уравнениями с угловым коэффициентом. Условия параллельности и перпендикулярности прямых, заданных уравнениями с угловым коэффициентом.
5. Угол между двумя прямыми, заданными общими уравнениями. Условия параллельности и перпендикулярности прямых, заданных общими уравнениями.
6. Совпадение прямых. Пересечение прямых. Расстояние от точки до прямой.
7. Окружность, эллипс (рисунки, канонические уравнения, основные характеристики).
8. Гипербола (рисунок, каноническое уравнение, основные характеристики).
9. Парабола (рисунок, каноническое уравнение, основные характеристики).
10. Векторы. Основные определения.
11. Линейные операции над векторами (сумма и разность векторов, умножение вектора на число).
12. Координаты вектора. Простейшие действия над векторами, заданными своими координатами. Длина вектора.
13. Скалярное произведение векторов и его свойства.
14. Матрицы. Действия над матрицами.
15. Определители 2-го и 3-го порядка, схемы расчета. Свойства определителей.
16. Минор. Алгебраическое дополнение. Формула Лапласа.
17. Совместные и несовместные системы уравнений. Решение систем линейных уравнений методом Крамера.
18. Понятие функции. Область определения функции. Способы задания функции.
19. Понятие предела. Бесконечно малые и бесконечно большие функции.
20. Теоремы о пределах. Замечательные пределы.
21. Раскрытие неопределенности $(\frac{0}{0}; \frac{\infty}{\infty})$.

22. Производная функции. Правила дифференцирования функций (производная суммы, разности, произведения, частного функций). Производная сложной функции.
23. Геометрический и механический смысл производной (уравнения касательной и нормали к кривой; скорость прямолинейно движущегося тела). Правило Лопиталя.
24. Дифференциал функции. Геометрический смысл дифференциала. Приложение дифференциала к приближенным вычислениям.
25. Производные и дифференциалы высших порядков. Механический смысл второй производной.
26. Возрастание, убывание функции. Достаточное условие возрастания и убывания функции.
27. Максимум и минимум функции. Два правила исследования функции на экстремум. Наибольшее и наименьшее значение функции на отрезке.
28. Выпуклость и вогнутость кривой. Точка перегиба.
29. Исследование функций и построение их графиков.
30. Первообразная. Неопределенный интеграл и его свойства.
31. Методы интегрирования неопределенного интеграла.
32. Определенный интеграл и его свойства.
33. Вычисление определенного интеграла.
34. Площадь криволинейной фигуры.
35. Понятие о дифференциальном уравнении.
36. Дифференциальные уравнения первого порядка с разделяющимися переменными. Задача Коши.
37. Линейные однородные дифференциальные уравнения 2-го порядка с постоянными коэффициентами.
38. Основные формулы комбинаторики.
39. Вводные понятия теории вероятности. Алгебра событий.
40. Классическое определение вероятности.
41. Свойства вероятности.
42. Формула полной вероятности.
43. Формула Бернулли.
44. Понятие случайной величины. Закон распределения случайной величины и ее характеристики

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Практические занятия	
1	Раздел 1. Числовые множества	2			2
2	Раздел 2. Аналитическая геометрия на плоскости				
2.1	Прямоугольная и полярная системы координат. Простейшие задачи на плоскости. Прямая линия на плоскости	12	2	4	6
2.2	Линия второго порядка (окружность, эллипс, гипербола, парабола).	6		2	4
3	Раздел 3. Линейная алгебра				

3.1	Матрицы, определители 2-го и 3-го порядка. Формула Лапласа. Решение систем линейных уравнений	12	2	4	6
4	Раздел 4. Векторная алгебра				
4.1	Векторы и простейшие действия над векторами. Скалярное и векторное произведение векторов	4			4
	Контрольная работа № 1. <i>«Элементы аналитической геометрии на плоскости и линейной алгебры»</i>	2		2	
5	Раздел 5. Введение в анализ				
5.1	Функция. Предел и непрерывность функции	10		4	6
6	Раздел 6. Дифференциальное исчисление функций одной переменной.				
6.1	Производная и дифференциал функции	10	2	4	4
6.2	Приложение производной	6		2	4
7	Раздел 7. Интегральное исчисление функции одной переменной				
7.1	Неопределенный интеграл.	10	2	4	4
7.2	Определенный интеграл.	10		4	6
	Контрольная работа № 2 <i>«Предел функции. Производная функции. Неопределенный и определенный интегралы. Площадь криволинейной фигуры»</i>	2		2	
8	Раздел 8. Дифференциальные уравнения				
8.1	Дифференциальные уравнения 1-го порядка с разделяющимися переменными. Задача Коши. Линейные однородные д/у 2-го порядка с постоянными коэффициентами	10	2	4	4
9	Раздел 9. Элементы теории				

	<i>вероятности и математической статистики.</i>				
9.1	Комбинаторика. Элементы теории вероятности и математической статистики.	8		4	4
	<i>Решение смешанных задач</i>	4		4	
	Итого:	108	10	44	54

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Процесс обучения на первом курсе (первый семестр) обучения завершается зачетом по математике. Зачет проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты, включающие в себя один теоретический вопрос и решение задачи.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Дадаян А.А. Математика : учебник / А.А. Дадаян. - 3-е изд. - М. : ФОРУМ, 2011. - 544 с.
2. Математика : учеб. пособие / ред. Л.Н. Журбенко, Г.А. Никонова. - М. : ИНФРА-М, 2011. - 496 с.
3. Математика в примерах и задачах : учеб. пособие / Л.Н. Журбенко, Г.А. Никонова, Н.В. Никонова [и др.]. - М. : ИНФРА-М, 2011. - 372 с.
4. Письменный Д.Т. Конспект лекций по высшей математике / Д.Т. Письменный. - 2-е изд., испр. - Ч.2. - М. : Айрис-пресс, 2005. - 256 с. : ил.
5. Письменный Д.Т. Конспект лекций по высшей математике / Д.Т. Письменный. - 4-е изд. - Ч.1. - М. : Айрис-пресс, 2004. - 288 с. : ил.
6. Кастрица О.А. Высшая математика: примеры, задачи, упражнения : учеб. пособие для вузов / О.А. Кастрица. - М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2003. - 254 с.+ алф.-предм. указ.: с.245-251.
7. Бугров Я.С. Высшая математика : учебник для вузов / Я.С. Бугров, С.М. Никольский. - 6-е изд. стереотип. - Т.1. Элементы линейной алгебры и аналитической геометрии. - М. : Дрофа, 2004. - 287 с.+ пред.указ.: с.282-284.
8. Высшая математика : учебник для вузов / Я.С. Бугров, С.М. Никольский. - 6-е изд., стереотип. - Т.2. Дифференцированное и интегральное исчисление. - М. : Дрофа, 2004. - 602 с.+ предм. указ.: с.502-509
9. Бугров Я.С. Высшая математика : учебник для вузов / Я.С. Бугров, С.М. Никольский. - 6-е изд., стер. - Т.3. Дифференциальные уравнения. Кратные интегралы. Ряды. Функции комплексного переменного. - М. : Дрофа, 2004. - 512 с.+ предм. указ.: с.506-511.
10. Дадаян А.А. Сборник задач по математике : учебник / А.А. Дадаян. - М. : ФОРУМ; ИНФРА-М, 2005. - 352с. - (Проф. образование) .
11. Баврин И.И. Высшая математика : учебник для студ. естественно-науч. специальностей пед. вузов / И.И. Баврин. - 5-е изд., стер. - М. : Академия, 2005. - 616 с.+ прил.: с.603-607.
12. Малыхин В.И. Высшая математика : учеб. пособие / В.И. Малыхин. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ИНФРА-М, 2009. - 365 с.
13. Высшая математика и математическая статистика : учеб. пособие / ред. Г.И. Попов. - 2-е изд. - М. : Физическая культура, 2009. - 368 с.
14. Шипачев, В.С. Основы высшей математики : Учеб. пособие для студ. вузов / В.С. Шипачев ред. А.Н. Тихонов. - 6-е изд., стереотип. - М. : Высш. школа, 2004. - 471 с. : ил.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Грес П.В. Математика для гуманитариев : Учеб. пособие / П.В. Грес. - М. : Логос, 2004. - 160с.
2. Открытая математика [Электронный ресурс] : учебник / ред. Н.Х. Агаханов. - М. : Физикон, 2003. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).
3. Турецкий В.Я. Математика и информатика : учебник / В.Я. Турецкий. - 3-е изд., испр. и доп. - М. : ИНФРА-М, 2007. - 560 с.+ прил.: с.534-556.
4. Ахматова Г.М. Математика: упражнения и задачи : учеб. пособие для студ. пед. вузов / Г.М. Ахматова, М.А. Ааматов. - М. : Академия, 2008. - 332 с.
5. Математика для гуманитариев : учебник / ред. К.В. Балдин. - М. : Дашков и К, 2007. - 512 с.
6. Высшая математика и математическая статистика : учеб. пособие для вузов / ред. Г.И. Попов. - М. : Физическая культура, 2007. - 368 с.+ прил.: с.344-363.
7. Езерский В.В. Основные понятия теории вероятностей и математической статистики : учебно-справ. пособие / В.В. Езерский. - Омск : СибГУФК, 2007. - 352 с.
8. Михайлина Т.М. Элементы теории вероятностей и математической статистики: учеб. пособие / Т.М. Михайлина. - 2-е изд., перераб. и доп. - Краснодар : КГУФКСТ, 2008. - 180 с. : ил.+ прил.: с.162-171
9. Математика и информатика : учеб. пособие для студ. пед. вузов / Н.Л. Стефанова, В.Д. Будаев, Е.Ю. Яшина. - М. : Высш. школа, 2004. - 349с. : ил.+ прил.: с.334-346.
10. Гусак А.А. Теория вероятностей : справ. пособие к решению задач / А.А. Гусак, Е.А. Бричикова. - 4-е изд., стер. - Минск : ТетраСистемс, 2003. - 288с.+ слов.: с.271-283.
11. Зимина О.В. Высшая математика : учебник / О.В. Зимина, А.И. Кирилов, Т.А. Сальникова. - 3-е изд., испр. - в.1 . - М. : ФИЗМАТЛИТ, 2005. - 368 с.
12. Контрольные задания по общему курсу высшей математики : учеб. пособие / Ж.А. Черняк, А.А. Черняк, О.А. Феденя ; ред. Ж.А. Черняк. - СПб. : ПИТЕР, 2006. - 446с. : ил.+ прил.: с.349-445.
13. Шапкин А.С. Задачи с решениями по высшей математике, теории вероятностей, математической статистике, математическому программированию: учеб. пособие / А.С. Шапкин. - 5-е изд. - М. : Дашков и К, 2008. - 432 с.

3.16. Рабочая программа дисциплины «Информатика» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Кириллина Н.К.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель дисциплины «Информатика» - систематизировать основные понятия информатики, развить и совершенствовать навыки работы с компьютером, осуществлять подготовку к полноценной жизни в компьютеризированном обществе, формирование этических и эстетических компонентов информационной культуры, способствование формированию основ естественнонаучного мировоззрения, а также развитию логического мышления, умения анализировать, выявлять сущности и отношения, описывать планы действий и делать логические выводы.

Задачи дисциплины

Развить и дополнить знания студентов по информатике, полученные в средней школе; систематизировать и пополнить знания студентов об устройстве компьютера; расширить представления о различных программных средствах, используемых на ПК; формировать информационную культуру студентов; повысить уровень сформированности навыков работы на ПК; выработать умения выбирать методологию и инструментальные средства для обработки, принятия решений и анализа результатов педагогического исследования; разъяснить основные базовые понятия курса информатики и информационных технологий, основные этапы развития информатики и вычислительной техники; применять на практике умение решать задачи на компьютере с использованием программ общего назначения; уметь применять на практике алгоритм поиска информации в глобальных компьютерных сетях; ознакомить с основными требованиями информационной безопасности.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Информатика» относится к базовой части математического и естественнонаучного цикла (Б 2) ОПП бакалавриата и предназначена для изучения студентами 1-го курса очной формы обучения по направлению подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Рекомендуется изучать ее в 1-2 семестре.

Учебная работа (54 часа) проводится в виде аудиторных занятий. Основными формами занятий по информатике являются лекции и практические занятия. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях, проводимых в компьютерном классе, должна быть обеспечена возможность применения полученных теоретических сведений при овладении студентами практических навыков работы как пользователей персональных компьютеров.

Внеаудиторная работа (54 часа) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

При реализации дисциплины «Информатика» необходимо опираться на знания, полученные в общеобразовательных учреждениях по данным предметам.

Дисциплина является предшествующей для изучения следующих дисциплин: компьютерная обработка данных экспериментальных исследований, спортивная метрология и др. Умение студентов владеть компьютером повысит эффективность процесса обучения по

другим предметам и улучшит качество выполняемых контрольных, курсовых и дипломных работ.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины «Информатика» в соответствии с ФГОС ВПО направлен на формирование следующих компетенций:

- ОК-4 - владение культурой мышления, способность к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения;
- ОК-5 - умение логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь;
- ОК-14 - использование основных законов естественнонаучных дисциплин в профессиональной деятельности, применение методов математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования;
- ОК-15 – способности 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; владеть основными методами, способами и средствами получения, хранения, переработки информации;
- ОК-16 – иметь навыки работы с компьютером как средством управления информацией;
- ОК-17 – способности работать с информацией в глобальных компьютерных сетях;
- ПК-37 - способность проводить обработку результатов исследования с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы;
- ПК-38 - способность проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать: основные понятия и методы математического анализа, алгебры, геометрии и дискретной математики, теории дифференциальных уравнений и численных методов интегрирования, основы теории вероятностей и математической статистики, математического моделирования; понятия информации, способы ее хранения и обработки; структуру, принципы работы и основные возможности электронно-вычислительных машин, основные типы алгоритмов, языки программирования, стандартные программы обеспечения профессиональной деятельности;

уметь: использовать основы математического анализа, дифференцирования и интегрирования уравнений, описывающих движение человека, теории вероятностей и математической статистики для обработки эмпирических данных исследований в своей профессиональной области; работать с традиционными носителями информации, распределенными видами знаний, с информацией в глобальных компьютерных сетях; использовать основные типы алгоритмов, языки программирования и стандартное программное обеспечение своей профессиональной деятельности

владеть: математическими методами анализа и моделирования, основными методами работы на компьютере, средствами компьютерной графики (ввод, вывод, отображение, преобразование и редактирование графических объектов на компьютере).

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Информатика» содержит разделы:

Раздел 1. Основные понятия информатики, современные информационные технологии, аппаратное и программное обеспечение персонального компьютера

Раздел 2. Текстовый редактор Word. Электронная таблица Excel. Презентация Power Point.

Раздел 3. Компьютерные сети. Информационная безопасность.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Что такое «информатика» и «информация».

2. Свойства и единицы измерения информации
3. Кодирование информации
4. Позиционные системы счисления, какие вы знаете?
5. Дайте понятия алгоритма и программы
6. Свойства алгоритма
7. Языки программирования высокого и низкого уровня
8. Устройства ввода информации в ПК
9. Устройства вывода информации из ПК
10. Назначение процессора. Тактовая частота, в чём она измеряется
11. Назначение оперативной памяти.
12. Устройства хранения и переноса информации, их ёмкость.
13. Классификация прикладных программ.
14. Классификация программ системного обеспечения.
15. Классификация программ служебного уровня.
16. Понятие и назначение операционной системы.
17. Основные понятия и особенности операционной системы Windows XP.
18. Дайте определение понятию интерфейс
19. Что необходимо сделать для активизации окна, если на экране отображается заставка?
20. Где находится панель задач и что на ней расположено?
21. Дайте определение понятию ОКНО
22. Какие виды окон встречаются в Windows?
23. Назовите основные элементы окна.
24. Что такое “панель инструментов”? Где она располагается? Как установить или убрать “панель инструментов”
25. Как изменить размер окна?
26. Как перенести окно в другое место рабочего стола?
27. Как вернуть окну прежний размер, если его распахнули на весь экран?
28. Для чего используется кнопка «Свернуть»?
29. Чем отличаются кнопка «Свернуть» от кнопки «Заккрыть»?
30. Что такое многозадачный режим работы Windows XP?
31. Дайте определение понятию «Активное окно». Как активизировать другое окно, если их открыто несколько? Приведите все известные вам способы.
32. Как выполняется выключение компьютера? Перезагрузка компьютера?
33. Как создать ярлык на рабочем столе: для диска, для программы?
34. Что произойдет с программой, если удалить ярлык этой программы с рабочего стола?
35. Какую роль играет группа программ «Стандартные»? Какие возможности она предоставляет пользователю?
36. Дайте общую характеристику программе КАЛЬКУЛЯТОР. Какие режимы работы имеет калькулятор? Как можно работать на калькуляторе, не используя мышь?
37. Назначение и особенности файловой системы
38. Понятие файла, имена файлов. Операции, производимые с файлами.
39. Папки, создание папок на диске (D:).
40. Что такое расширение файла? Что оно показывает?
41. Какие требования предъявляет ОС Windows XP к именам файлов, папок?
42. Как удалить ненужные файлы, папки?
43. В чем отличие при удалении файла (папки) с жесткого диска, со съемного носителя?
44. Для чего служит «Корзина»?
45. Как вернуть файл из корзины в исходную папку?
46. Как удалить из корзины часть файлов, все файлы?
47. Какие средства просмотра диска вам известны?
48. Как запустить «Проводник»? Какие задачи можно выполнить с помощью «Проводника»?
49. Какова структура «Проводника»?

50. Как раскрыть папку? Как перемещаться по вложенным друг в друга папкам?
51. Какова стандартная емкость CD и DVD дисков?
52. Что такое форматирование диска? Для чего применяется эта операция?
53. Что такое дефрагментация диска и в чем ее назначение?
54. Как можно найти файл?
55. Дайте общую характеристику программе Блокнот - назначение, запуск, вид окна, структура меню
56. С помощью каких клавиш клавиатуры можно набирать текст заглавным и буквами? Чем отличается использование этих клавиш?
57. Как переключить раскладку клавиатуры? Назовите все известные вам способы.
58. Как можно перемещать курсор по тексту: на одну позицию влево, вправо, вверх, вниз, на слово, в начало, конец строки, в произвольную позицию текста?
59. Как вставить в тексте пустую строку?
60. Как удалить в тексте пустую строку?
61. Как в Блокноте осуществляется переход на новый абзац?
62. Как сохранить файл в личную папку на диске (D:).
63. Какую команду «Сохранить» или «Сохранить как» нужно использовать при первом сохранении документа?
64. Какую команду нужно использовать при повторном сохранении документа при изменении имени или папки сохранения?
65. Дайте общую характеристику программе Word Pad - назначение, запуск, вид окна, структура меню
66. Дайте общую характеристику программе Paint, назначение, запуск, вид окна, структура меню
67. Какое расширение имеют по умолчанию файлы, созданные в Paint?
68. Какие инструменты используются в Paint?
69. Как задать цвет для инструмента?
70. Как отменить выполненную операцию в Paint?
71. Как добавить к рисунку текст?
72. Как перенести, удалить фрагмент рисунка?
73. Текстовый редактор Word, его назначение, возможности, основные понятия.
74. Какой командой осуществляется вывод линейки в окне Word?
75. Как задать параметры страницы в Word (размер и ориентацию листа)?
76. Как задать абзацные отступы? Назовите все известные вам способы?
77. Как установить в Word абзацный отступ первой строки (красную строку)?
78. Для чего служит предварительный просмотр документа?
79. Как вывести документ на печать? Назовите все известные вам способы
80. Какие способы выделения фрагментов текста вам известны?
81. Как снять выделение фрагмента текста?
82. Как изменить выравнивание текста в Word?
83. Как выполнить Word форматирование шрифта текста? Назовите все известные способы.
84. Расшифруйте понятия «гарнитура», «кегель», «начертание» шрифта
85. Как в Word выполняется копирование, перемещение, вставка фрагментов текста с помощью буфера обмена? Назовите все известные вам способы
86. Что такое «буфер обмена памяти» и как он используется?
87. Как начать работу с новым документом в Word?
88. Чем отличаются режимы вставки и замены символов? С помощью какой клавиши выполняется переключение между этими режимами?
89. Построение таблиц в текстовом редакторе Word. Перечислите известные способы
90. Редактирование таблиц в Word
91. Форматирование и обрамление таблиц в текстовом редакторе Word.
92. Создание списков, перечислите известные способы

93. Сортировка абзацев текста в текстовом редакторе Word.
94. Как создать сноску к тексту в Word?
95. Как произвести нумерацию страниц документа?
96. Как установить колонтитулы листов?
97. Вставка графических объектов. Изменение размеров, перемещение, расположение текста относительно графических объектов.
98. Как выполнить вычисления в Word?
99. Как построить в Word диаграмму?
100. Форматирование отдельных элементов диаграммы
101. Планирование и проведение экспериментов
102. Методы статистического исследования
103. Этапы статистической методологии исследования массовых явлений
104. Статистическое наблюдение
105. Статистические данные - представление информации, сводка и группировка данных
106. Основные понятия математической статистики
107. Формы представления статистических данных
108. Понятия генеральной и выборочной совокупностей
109. Основные показатели вариационного ряда
110. Среднее арифметическое выборки
111. Среднеквадратическое отклонение
112. Коэффициент вариации
113. Закон нормального распределения
114. Репрезентативность выборки
115. Вариационный и ранжированные ряды выборки
116. Что такое уровень значимости (надежности) серии измерений?
117. Когда и с какой целью используется проверка статистических гипотез?
118. Что такое нулевая и конкурентная (альтернативная) гипотезы?
119. Виды статистических критериев, используемых в педагогических исследованиях
120. Как вы понимаете сущность корреляционной связи?
121. Опишите алгоритм определения коэффициента парной корреляции
122. Сравнение 2-х независимых совокупностей
123. Сравнение 2-х зависимых совокупностей
124. Электронная таблица Excel, назначение. Основные понятия электронной таблицы: строка, столбец, ячейка.
125. Режимы просмотра книги Excel
126. Операции с рабочими листами: перемещение, переименование, копирование, удаление.
127. Как вставить и удалить строки, столбцы рабочего листа книги Excel?
128. Как скрыть и отобразить строки, столбцы рабочего листа книги Excel?
129. Как выделить блок ячеек? Перечислите известные способы
130. Операции, выполняемые с использованием маркера автозаполнения
131. Назначение строки формул, что она отражает?
132. Способы завершения ввода данных в ячейку таблицы Excel
133. Правила ввода формул в ячейку таблицы Excel
134. Что такое абсолютная и относительная адресация ячеек?
135. Назначение и пошаговая работа с «Мастером функций»
136. Понятие функции и ее аргумента, правила их записи в ячейку таблицы Excel
137. Изменение количества десятичных знаков числа
138. Как вставить новый лист рабочую книгу Excel?
139. Как произвести перемещение и переименование рабочих листов книги Excel?
140. Как произвести объединение смежных ячеек таблицы Excel?
141. Как произвести копирование формул?
142. Ошибочные значения, появляющиеся в вычисляемых ячейках Excel

143. Корректирование данных, содержащихся в ячейках таблицы
144. Как произвести обрaмление ячеек таблицы Excel?
145. Построение диаграмм в Excel.
146. Как произвести редактирование отдельных элементов диаграммы?
147. Как изменить тип существующей диаграммы?
148. Как изменить исходные данные и параметры существующей диаграммы?
149. Как произвести сортировку записей строк таблицы Excel?
150. Для чего используется команда Фильтр?
151. Как произвести выбор строк записей по заданному параметру и заданному условию поиска данных с использованием настраиваемого фильтра?
152. Подготовка документа к печати
153. Как производится обмен данных между приложениями Windows?
154. Назначение программы презентации Power Point
155. Работа со слайдом Power Point
156. Вставка слайдов презентации с выбором макета представляемых на слайде данных.
157. дизайна слайдов презентации Power Point
158. Изменение стилей фона и цветовых тем фона презентации Power Point
159. Вставка графических объектов в элемент слайда (рисунок из коллекции Windows, из файла).
160. Режимы просмотра презентации, их основные назначения
161. Информация, помещаемая в элементе «Заметки к слайду»
162. Представление слайдов презентации в печатном виде
163. Вставка объектов в слайд, созданных в других программах
164. Настройка параметров анимации при переходе к слайду и отдельных полей заполнения слайда.
165. Вывод и показ слайдов на экране: настройка демонстрации презентации.
166. Смена слайдов вручную и по времени.
167. Применение звуковых эффектов настройки анимации.
168. Добавление в слайд клипов мультимедиа (фильм, звук) и настройка их воспроизведения.
169. Создание гиперссылок между слайдами и файлами, создание управляющих кнопок.
170. Локальные компьютерные сети, назначение, топология
171. Правила организации передачи данных в сети (протоколы)
172. Глобальная сеть Internet. Структура организации сети
173. Типы подключений к глобальной сети Internet?
174. IP-адреса компьютеров и доменная система имен
175. Протокол передачи данных TCP/IP. Модемы внутренние и внешние
176. Для чего служит адресная строка в окне программы Internet Explorer?
177. Поиск информации в сети Internet по заданному адресу сайта
178. Организация запроса и поиска информации по заданной теме с использованием поисковых систем (rambler, yandex, google)
179. Компьютерные вирусы, классификация
180. Признаки заражения компьютера вирусами
181. Антивирусные программы, их виды и классификация
182. Способы защиты компьютера от вирусов

Перечень вопросов к зачёту

1. Что такое «информатика» и «информация». Единицы измерения информации
2. Устройства ввода и вывода информации в ПК
3. Назначение процессора. Тактовая частота, в чём она измеряется
4. Оперативная память, единицы измерения.
5. Устройства хранения и переноса информации, их ёмкость.

6. Программное обеспечение ПК.
7. Классификация прикладных программ.
8. Классификация программ системного обеспечения.
9. Классификация программ служебного уровня
10. Определение и назначение операционной системы Windows XP, её основные понятия и особенности.
11. Группа программ «Стандартные». Какие возможности она предоставляет пользователю? Какие программы в нее входят?
12. Понятие и назначение файловой системы
13. Понятие файла, имена файлов, расширение имени файлов. Операции, производимые с файлами.
14. Папки, создание папок на диске (D:). Операции, производимые с папками.
15. Виды окон и работа с ними
16. Назовите основные элементы окна приложения. Что такое «панель инструментов»? Где она располагается? Как установить или убрать «панель инструментов»
17. Сохранение и открытие документа в личной папке на диске (D:).
18. Текстовый редактор Word, его назначение, возможности, основные понятия. Запуск программы и основные элементы окна
19. Форматирование символов, абзацев.
20. Редактирование текстового документа (перемещение и копирование фрагментов текста). Что такое «буфер обмена памяти» и как он используется?
21. Построение и редактирование таблиц в текстовом редакторе Word.
22. Форматирование и обрамление таблиц в текстовом редакторе Word.
23. Создание списков и сортировка абзацев текста в текстовом редакторе Word.
24. Как произвести нумерацию страниц документа? Как установить колонтитулы листов?
25. Вставка графических объектов. Изменение размеров, перемещение, расположение текста относительно графических объектов.
26. Создание автособираемого оглавления документа в текстовом редакторе Word
27. Планирование и проведение экспериментов
28. Методы статистического исследования. Источники статистической информации
29. Этапы выполнения статистических исследований.
30. Основные понятия математической статистики
31. Основные статистические показатели вариационного ряда
32. Корреляционный анализ. Регрессия
33. Понятие статистической гипотезы и статистического критерия. Что такое нулевая и конкурентная (альтернативная) гипотезы?
34. Проверка статистических гипотез
35. Сравнение 2-х независимых совокупностей
36. Сравнение 2-х сопряженных совокупностей
37. Электронная таблица Excel, назначение. Запуск программы и основные элементы окна приложения. Основные понятия электронной таблицы: строка, столбец, ячейка.
38. Содержимое ячейки Excel и его редактирование
39. Ввод формул в ячейку Excel. «Мастер функций». Адресация ячеек в формуле: относительная и абсолютная.
40. Ошибочные значения, появляющиеся в вычисляемой ячейке Excel
41. Маркер автозаполнения. Операции, производимые с его помощью
42. Оформление таблиц в Excel.
43. Построение и редактирование диаграмм в Excel.
44. Работа с электронной таблицей Excel как с базой данных: сортировка и фильтрация данных.
45. Подготовка документа к печати.

46. Презентация Microsoft Power Point. Запуск программы и основные элементы окна. Работа со слайдами. Добавление нового слайда и выбор его макета.
47. Применение тем дизайна, цветовых схем, цвета фона для оформления внешнего вида слайдов презентации. Создание гиперссылок в презентации между слайдами
48. Добавление в презентацию клипов мультимедиа (фильм, звук) и настройка их воспроизведения.
49. Создание анимации к слайдам и его содержимому. Показ слайдов, настройка демонстрации
50. Локальные компьютерные сети, назначение, топология сетей.
51. Глобальные компьютерные сети. Типы подключений к глобальной сети Internet. Модемы (внутренние и внешние), их назначение
52. Назовите и кратко охарактеризуйте основные службы (сервисы) сети Internet
53. Протокол передачи данных в сети Internet TCP/IP
54. IP- адреса компьютеров и доменная система имен сети Internet. Основные протоколы передачи данных, используемые в сети Internet?
55. Организация запроса и поиска информации в сети Internet с использованием поисковых систем (rambler, yandex, google)
56. Технологии мультимедиа и гипертекста.
57. Электронная почта, её назначение и предоставляемые возможности
58. Что такое компьютерные вирусы, их классификация. Признаки заражения ПК вирусом
59. Антивирусные программы, их классификация

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостояте льная работа
			Лекции	Практические занятия	
Раздел 1. Основные понятия информатики, современные информационные технологии, аппаратное и программное обеспечение персонального компьютера					
Первый	1.1. Информатика, история развития вычислительной техники. Информация ее свойства, моделирование и основы логики	4	2		2
Первый	1.2. Аппаратное и программное обеспечение персонального компьютера	8	2	2	4
Раздел 2. Текстовый редактор Word. Электронная таблица Excel. Презентация Power Point					
Первый	2.1. Текстовые редакторы.	32	2	14	16
Первый	2.2. Электронная таблица Excel	8	2	2	4
Первый	2.3. Статистическая обработка данных исследований средствами электронной таблицы Excel. Презентация Power Point	40	2	18	20
Раздел 3. Компьютерные сети. Информационная безопасность					

<i>Первый</i>	3.1. Компьютерные сети. Информационная безопасность	16	2	6	8
	Итого:	108	12	42	54

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на первом курсе (второй семестр) завершается зачётом по информатике. Зачёт проводится в форме устных ответов на вопросы, которые преподаватель задает в произвольном порядке, а также предполагает демонстрацию ряда необходимых умений и навыков работы на компьютере.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Информатика: базовый курс: учеб. для вузов / ред. С.В. Симонович. - 3-е изд. - СПб.: ПИТЕР, 2011. - 640 с.: ил. - ISBN 978-5-459-00439-7: 343-90.
2. Федотова, Е.Л. Информатика: курс лекций: учеб. пособие / Е.Л. Федотова, А.А. Федотов. - М.: ИНФРА-М; ФОРУМ, 2011. - 480 с.: ил. - (Высш. образование). - ISBN 978-5-8199-0448-0; 978-5-16-004571-9: 314-93.
3. Степанов, А.Н. Информатика: базовый курс: учеб. для вузов / А.Н. Степанов. - 6-е изд. - СПб.: ПИТЕР, 2010. - 720 с.: ил. - ISBN 978-5-388-00525-0: 307-10.
4. Информатика. Базовый курс: учебник / ред. С.В. Симонович. - 2-е изд. - СПб.: ПИТЕР, 2010. - 640 с.: ил. - (Учеб. для вузов). - ISBN 978-5-94723-752-8: 222-00.
5. Информатика. Общий курс: учебник / А.Н. Губа, М.А. Бутакова, Н.М. Нечитайко [и др.]. - 3-е изд. - М.; Ростов н/Д: Дашков и К; Наука-Спектр, 2010. - 400 с. - ISBN 978-5-394-00937-2: 254-10.
6. Информатика: учебник / А.Н. Гуда, М.А. Бутакова, Н.М. Нечитайко [и др.]. - 3-е изд. - М.: Дашков и К, 2009. - 400 с.+ предм. указ.: с.393-395. - ISBN 978-5-394-00187-1: 253-00.
7. Калабухова, Г.В. Компьютерный практикум по информатике. Офисные технологии: учеб. пособие / Г.В. Калабухова, В.М. Титов. - М.: ИНФРА-М; ФОРУМ, 2011. - 336 с.: ил. - (Высш. образование). - ISBN 978-5-8199-0321-6; 978-5-16-003098-2: 199-43.
8. Абрамян, М.Э. Практикум по информатике для гуманитариев. Работа с текстовыми документами, электронными таблицами и базами данных в системе Microsoft Office: практикум / М.Э. Абрамян. - М.; Ростов н/Д: Дашков и К; Академцентр, 2010. - 288 с. - ISBN 978-5-394-00755-2: 150-15.
9. Мотов, В.В. Word, Excel, Powerpoint : учеб. пособие / В.В. Мотов. - М.: ИНФРА-М, 2009. - 206 с. - (Высш. образование). - ISBN 978-5-16-003495-9: 127-05.
10. Цветкова, А.В. Информатика и информационные технологии: конспект лекций / А.В. Цветкова. - М.: ЭКСМО, 2008. - 192 с. - (Экзамен в кармане). - ISBN 978-5-699-23180-5: 55-00.
11. Безручко, В.Т. Компьютерный практикум по курсу "Информатика" (+электрон. ресурс): учеб. пособие / В.Т. Безручко. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: ИНФРА-М; ФОРУМ, 2008. - 368 с.: ил.+ прил.: с.266-359. - (Высш. образование). - ISBN 978-5-8199-0330-8; 978-5-16-003131-6: 171-10.
12. Холмогоров, В. Windows XP. Самоучитель / В. Холмогоров. - 2-е изд. - СПб.: ПИТЕР, 2006. - 383 с.: ил.+ глоссарий: с.350-377; алф. указ.: с.378-381. - (Самоучитель). - ISBN 5-94723-776-8: 104-28.
13. Могилев, А.В. Информатика: учеб. пособие для студ. пед. вузов / А.В. Могилев, Н.И. Пак, Е.К. Хеннер. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Академия, 2004. - 848с. - ISBN 5-7695-1709-3: 294-58.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Информатика и программирование: компьютерный практикум / А.Н. Гуда, М.А. Бутакова,

- Н.М. Нечитайко [и др.], 2010. - ISBN 978-5-394-00936-5: 184-80.
2. Каймин, В.А. Информатика: учебник / В.А. Каймин. - М.: Просвещение, 2009. - 272 с. - ISBN 978-5-392-00541-3: 184-00.
 3. Каймин, В.А. Информатика: учебник / В.А. Каймин. - 5-е изд. - М.: ИНФРА-М, 2008. - 285 с.+ прил.: с.256-280. - (Высш. образование). - ISBN 978-5-16-002584-1: 126-94.
 4. Донцов, Д. Word 2007. Начали! / Д. Донцов. - СПб.: ПИТЕР, 2008. - 128 с.: ил. - (Начали!). - ISBN 978-5-91180-917-1: 79-00.
 5. Калабухова, Г.В. Компьютерный практикум по информатике. Офисные технологии: учеб. пособие / Г.В. Калабухова, В.М. Титов. - М.: ИД "Форум"; ИНФРА-М, 2008. - 336 с.: ил. - (Высш. образование). - ISBN 978-5-8199-0321-6; 978-5-16-003098-2: 180-07.
 6. Симонович, С.В. MS Word 2007: эффективная работа / С.В. Симонович. - СПб.: ПИТЕР, 2008. - 640 с.: ил. - ISBN 978-5-388-00031-6: 356-50.
 7. Волков, В.Б. Понятный самоучитель Word 2007 / В.Б. Волков. - СПб.: ПИТЕР, 2008. - 192 с.: ил. - ISBN 978-5-91180-791-7: 85-00.
 8. Холи, Р. Excel. Трюки / Р. Холи, Д. Холи. - СПб.: ПИТЕР, 2008. - 287 с.: ил. - ISBN 5-469-00384-1: 153-00.
 9. Крупский, А.Ю. Текстовый редактор. Microsoft Word. Электронные таблицы Microsoft Excel: учеб. пособие / А.Ю. Крупский, Н.А. Феоктистов. - 2-е изд. - М.: Дашков и К, 2006. - 136с.+ прил.: с.124-131. - ISBN 5-91131-162-3: 39-60.
 10. Диго, С.М. Access: учебно-практич. пособие / С.М. Диго. - М.: Проспект, 2006. - 240 с. - ISBN 5-482-00399-X: 54-01.
 11. Голицина, О.Л. Базы данных: учеб. пособие / О.Л. Голицина, Н.В. Максимов, И.И. Попов. - М.: ФОРУМ; ИНФРА-М, 2006. - 352 с.: ил.+ глоссарий: с.335-343. - (Проф. образование). - ISBN 5-8199-0086-3; 5-16-001458-6: 71-94.
 12. Сеннов, А. Access 2003. Практическая разработка баз данных (+CD): учеб. курс / А. Сеннов. - СПб.: ПИТЕР, 2006. - 256 с.: ил.+ прил.: с.220-255. - ISBN 5-469-00847-9: 143-00.
 13. Гарнаев, А.Ю. Excel, VBA, INTERNET в экономике и финансах / А.Ю. Гарнаев. - СПб.: БХВ-Петербург, 2005. - 816 с.: ил.+ прил.: с.749-792; предм. указ.: с.793-796. - ISBN 5-94157-050-3: 188-10.
 14. Кузин, А.В. Разработка баз данных в системе Microsoft Access: учебник / А.В. Кузин, В.М. Демин. - М.: ИНФРА-М, 2005. - 224с.: ил.+ прил.: с.186-219. - (Проф. образование). - ISBN 5-8199-0157-6; 5-16-002227-9: 56-87.
 15. Маликова, Л.В. Практический курс по электронным таблицам MS Excel: учеб. пособие для вузов / Л.В. Маликова, А.Н. Пылькин. - М.: Горячая линия-Телеком, 2004. - 244с.: ил. - ISBN 5-93517-122-8: 110-40.
 16. Adobe Acrobat 6.0: офиц. учеб. курс. - М.: ТРИУМФ, 2004. - 400 с.: ил. - ISBN 5-89392-087-2; 0-321-19374-1 (амер.): 201-78.
 17. Adobe Photoshop 7.0: офиц. учеб. курс. - М.: ТРИУМФ, 2004. - 496 с.: ил. - ISBN 5-89392-080-5; 0-321-11562-7 (амер.): 201-78.
- Лукин, С.Н. Word и windows. Самоучитель для начинающих: практич. советы / С.Н. Лукин. - М.: Дмалог-МИФИ, 2004. - 272 с.+ Указ.: с.262-266. - ISBN 5-86404-177-7: 109-80.

3.17 . Рабочая программа дисциплины **БИОЛОГИЯ С ОСНОВАМИ ЭКОЛОГИИ**» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Челноков А.А., кандидат биологических наук, доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель – усвоение обучающимися определенной суммы биологических знаний, развитие личности и формирование созидательных и познавательных способностей, приобретение необходимых в будущей профессиональной деятельности компетенций, которые будут являться фундаментальной базой для изучения физиологических, анатомических, медико-биологических дисциплин.

Задачи дисциплины

- обеспечить студентов знаниями об основных закономерностях существования живого на разных уровнях его организации, механизмах биологических процессов и явлений, роли наследственности и среды в проявлении признаков и свойств организма;
- сформировать у студентов представление о взаимосвязи человека с окружающей средой, роли антропогенных воздействий на экологию Земли, о принципах рационального природоиспользования, санитарно-гигиенического обеспечения своей будущей профессиональной деятельности;
- сформировать у студентов представления о возрастных особенностях биологических процессов в организме человека;
- сформировать у студентов навыки проведения простейших биологических исследований, умения интерпретировать результаты этих исследований;
- сформировать у студентов способности использовать полученные знания, умения и навыки в конкретных видах будущей профессиональной деятельности.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

«Биология с основами экологии» относится к базовой части математического и естественнонаучного цикла (Б.2) ОПП бакалавриата и предназначена для изучения студентами 1-го курса очной формы обучения по направлению подготовки 034440 «Физическая культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья (АФК)». Рекомендуется изучать в I-ом и II-ом семестрах.

Учебная работа (68 часов) проводится в виде аудиторных занятий, самостоятельная работа (76 часов). Основными формами занятий являются лекции, лабораторные работы, практические занятия, семинары.

При реализации дисциплины «Биология с основами экологии» необходимо опираться на знания, полученные в процессе обучения в общеобразовательных учреждениях. «Биология с основами экологии» является предшествующей дисциплиной для освоения следующих дисциплин: анатомия человека, физиология человека, патология и тератология, частная патология, безопасность жизнедеятельности, теория и методика физической подготовки.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ОК-14 ПК-3, ПК-9.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- знает морфофункциональные, социально-психологические особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм, возрастных и гендерных групп;
- использует основные законы естественнонаучных дисциплин в профессиональной деятельности, применяет методы математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования.

уметь:

- умеет формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способы самообразования в сфере адаптивной физической культуры.

овладеть:

- владеет культурой мышления, способен к общению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Биология с основами экологии» содержит разделы:

Раздел 1. Общие свойства живого.

Раздел 2. Организм как уровень существования живого.

Раздел 3. Взаимоотношение организма и среды.

Раздел 4. Биосфера – глобальный уровень существования.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Сущность и субстрат жизни.
2. Понятие гомеостаза и энтропии.
3. Уровни организации живой материи.
4. Классификация способов размножения.
5. Механизм оплодотворения. Слияние генетического материала.
6. Филогенез размножения типа позвоночных. Нарушение и внутреннее оплодотворение.
7. Понятие: генетика, наследственность и изменчивость.
8. Механизмы передачи наследственной информации. ДНК как носитель наследственной информации.
9. Предмет и задачи экологии. Экология в системе наук.
10. Современные тенденции развития экологии. Характеристика экологических факторов.
11. Экология и здоровье населения в современных условиях.
12. Экология и охрана природы в современных условиях.
13. Экологические проблемы при занятиях адаптивной физической культурой.
14. Понятие о биосфере. Современные представления о биосфере и ноосфере. Работы В.И. Вернадского.
15. Понятие о биогеоценозе и экосистемах.
16. Глобальный круговорот веществ и энергии в природе. Динамическое равновесие газо- и водообмена.
17. Организм и среда. Динамическое равновесие в живой природе.
18. Экосистемы. Понятие. Состав. Зависимость от среды обитания.
19. Антропогенное воздействие на воздушную среду. Основные источники загрязнения атмосферы.
20. Мероприятия по охране воздушной среды.
21. Особенности организации рекреации и занятий адаптивной физической культурой.
22. Антропогенное воздействие на водную среду. Основные источники загрязнения водой среды.
23. Особенности организации адаптивной физической культурой.

24. Основные принципы охраны окружающей среды. Российские законодательные акты в области экологии.
25. Мероприятия по охране природы в процессе рекреации и занятий адаптивной физической культурой.

Примерная тематика рефератов

1. Строение и функции живой клетки.
2. Классификация способов размножения.
3. Взаимосвязь наследственности и изменчивости.
4. Механизмы передачи наследственной информации.
5. Видообразование.
6. Экология как наука.
7. Антропогенные факторы.
8. Основные экологические проблемы.
9. Основные положения адаптации.
10. Физиологические ритмы.
11. Особенности экологии городов.
12. Антропогенные факторы радиационных загрязнений.
13. Основные принципы охраны окружающей среды.
14. Международное право в области экологии.
15. Российские законодательные акты в области экологии.
16. Биологические аспекты репродукции человека.
17. История отечественной генетики.
18. Наследственные болезни.
19. Генетика и спорт.
20. Тератогенные факторы среды.
21. Взаимоотношение роста и дифференцировки в онтогенезе человека.
22. Сенситивные периоды развития физических способностей человека.
23. Среда и здоровое поколение. Роль физкультуры на разных этапах развития человека.
24. Теории старения.
25. Механизмы старения.
26. Восстановительные процессы в организме (регенерация). Адаптация и компенсация функций. Стресс и тренировка.
27. Современные представления об эволюции живого.
28. Социальное и биологическое в человеке.
29. Будущее человека как вида.
30. Биологический и социальный аспекты адаптации человека.
31. Экологические кризисы в истории Земли.
32. Экология города.
33. История природопользования.
34. Город как среда обитания.
35. Среда и здоровье.
36. Адаптивная физическая культура как средство профилактики вредных привычек у разных категорий населения.
37. Среда и болезни (СПИД и др. вирусные инфекции, виды краевой патологии).
38. Экология и физвоспитание.
39. Экологическое и санитарно-гигиеническое обеспечение своей профессиональной деятельности.
40. Ритмы жизни и адаптивная физическая культура.

Перечень вопросов к зачету и экзамену

К зачету (I семестр)

1. Предмет, задачи, методы биологии. Место биологии в системе наук.
2. Понятие живой системы. Субстрат живого. Общие свойства живого. Движение как свойство живого. Роль и типы движений у растений и животных.
3. Гипотезы возникновения жизни на Земле.
4. Уровни организации живого. Человек в системе природы.
5. Формы живого. Вирус как неклеточная форма живого: строение, особенности жизнедеятельности, значение вирусов в природе и для человека.
6. Клеточная теория: история становления, современные понятия.
7. Структурно-функциональная организация клетки: цитоплазма (матрикс, органоиды, включения).
8. Понятие органоида. Общие и специальные органоиды в клетке: строение и функции. Значение включений в клетке.
9. Ядро как главный компонент клетки. Понятие о прокариотах и эукариотах. Хромосомы: строение, значение в клетке. Правила хромосомных наборов: индивидуальность, постоянство, парность, непрерывность.
10. Ткани как результат дифференциации клеток многоклеточного организма. Понятие ткани. Виды и функциональное значение тканей человека. Движение как функция мышечной ткани.
11. Жизнедеятельность живой клетки: потоки вещества и энергии (метаболизм). Автотрофы, гетеротрофы: сходство и отличие процессов метаболизма.
12. Потоки информации в клетке (редубликация ДНК, деление). Жизненный цикл клетки. Способы деления клеток. Митоз в специализированных тканях. Влияние физических нагрузок на митотическую активность тканей.
13. Размножение – универсальное свойство живого. Виды размножения в природе. Эволюционная роль полового размножения.
14. Мейоз. Гаметогенез. Биологическое значение оплодотворения. Ово- и сперматогенез.
15. Раздельнополость и понятие о половом диморфизме. Биологическое значение раздельнополости. Гермафродитизм.
16. Понятие об онто- и филогенезе. Типы и периодизация онтогенеза у млекопитающих.
17. Закономерности эмбрионального развития (дробление, гаструляция, закладка осевых органов). Взаимоотношения организма матери и плода на ранних этапах онтогенеза. Тератогенные (порождающие уродства) факторы среды. Биогенетический закон.
18. Постнатальное развитие: периоды постнатального развития, значение социальных факторов в развитии ребенка. Гормональная регуляция роста и развития. Значение двигательной активности в развитии человека.
19. Старение как закономерный этап онтогенеза. Гипотезы, механизмы старения. Физическая культура как фактор продления жизни.
20. Алкоголь, наркотики и потомство. Последствия влияния алкогольной интоксикации на разных этапах онтогенеза (гаметогенез, внутриутробное и постнатальное развитие).
21. Восстановительные процессы в организме. Понятие о регенерации. Формы репаративной регенерации в природе. Значение регенерации в жизни человека. Влияние физических нагрузок на интенсивность регенерации.
22. Понятие о гомеостазе. Трансплантация органов. Понятие о тканевой несовместимости. Пути ее преодоления.
23. ДНК как хранитель наследственной информации. Главная догма молекулярной биологии: «ген→ белок→ признак». ДНК, иРНК, тРНК, рРНК. Сходство и отличия в строении. Значение в жизни клетки.
24. Механизмы реализации наследственной информации.
25. Уровни организации наследственного материала эукариот. Генный уровень. Современная теория гена. Свойства гена.
26. Основные понятия генетики: ген, аллельные гены, генотип, фенотип, доминантность, рецессивность, гомо-, гетерозигота.

27. Взаимодействие аллельных генов: полное, неполное доминирование, закон единообразия гибридов первого поколения.
28. Взаимодействие аллельных генов: сверхдоминирование, кодоминирование и множественные аллели (группы крови у человека), плейотропия у человека.
29. Закон расщепления во втором гибридном поколении. Обоснование закона. Анализирующее скрещивание.
30. Взаимодействие неаллельных генов: закон независимого наследования признаков (доказательство и цитологическое обоснование).
31. Полимерия, комплементарность, эпистаз как варианты взаимодействия неаллельных генов. Полимерия у человека (рост, окраска кожи).
32. Хромосомная теория наследственности.
33. Генетика и спорт. Отбор и прогнозирование успехов в спорте.
34. Генетика и медицина. Наследование нормальных и патологических признаков у человека (примеры и обоснование закономерностей наследования).
35. Методы генетики человека, возможности их использования в медицине и спорте.
36. Понятие о сцеплении генов. Наследование пола и признаков, сцепленных с полом (гемофилия, дальтонизм, гипертрихоз). Группы сцепления, количество их у человека. Нарушение сцепления генов и его последствия у человека.
37. Изменчивость и ее виды (модификационная, мутационная, комбинативная). Адаптивное и эволюционное значение изменчивости. Мутагенные факторы среды и здоровье человека. Секс-контроль в спорте.

К экзамену (II семестр)

1. Предмет и задачи биологии. Горизонты развития биологии. Значение биологии для спорта.
2. Уровни организации живой материи.
3. Основные закономерности и свойства живой материи.
4. Основные формы жизни (неклеточные, клеточные).
5. Клеточная теория.
6. Структурно-функциональная организация клетки.
7. Строение и функции ядра. Хромосомы. Хромосомный набор. Кариотип.
8. Жизненный цикл клетки. Интерфаза. Митоз – биологическая сущность, фазы митоза.
9. Мейоз – биологическая сущность, фазы мейоза.
10. Формы размножения организмов.
11. Строение половых клеток. Оплодотворение, его биологическое значение.
12. Понятие онтогенеза, филогенеза. Стадии эмбрионального развития.
13. Постэмбриональное развитие.
14. Законы эмбриологии: закон зародышевого сходства.
15. Основные понятия: старость, витайт, геронтология, гериатрия.
16. Календарный и биологический возраст. Определение биологического возраста, возрастная классификация.
17. Гипотезы и теории старения.
18. Понятие витайта. Механизмы витайта.
19. Молекулярные, клеточные, нейрогуморальные механизмы старения.
20. Смерть как биологическое явление.
21. Гомеостаз. Виды гомеостаза. Стресс – реакция. Биоритмы, как проявление гомеостаза. Кибернетические основы гомеостаза.
22. Понятие регенерации. Формы и способы регенерации. Значение регенерации.
23. Понятие биологической аутологии. Законы биологического развития.
24. Общая характеристика биологического роста и развития. Влияние экзо- и эндогенных факторов на рост и развитие.
25. Свойства и классификация генов.

26. Закономерности наследования, установленные Г. Менделем. (1,2,3 – ий законы); моно- и дигибридное скрещивание.
27. Хромосомная теория наследственности Т. Моргана.
28. Типы наследования.
29. Модификационная изменчивость.
30. Мутационная изменчивость.
31. Комбинативная изменчивость.
32. Генетика пола.
33. Генетика человека, её особенности и основные направления.
34. Основные методы генетики человека.
35. Закон гомологических рядов наследственной изменчивости.
36. Определение понятия «жизнь». Основные теории возникновения жизни на земле. Биогенные и абиогенные теории.
37. Гипотеза академика А.И. Опарина о происхождении жизни на Земле. Способы питания, энергообеспечения первых живых организмов.
38. Наследственность и изменчивость по Ч. Дарвину. Виды и формы изменчивости.
39. Понятие биологической эволюции. Движущие силы эволюции. Искусственный отбор, его творческая роль.
40. Естественный отбор. Выживание наиболее приспособленных организмов. Перепроизводство потомства.
41. Борьба за существование, её виды.
42. Виды естественного отбора (движущий, стабилизирующий, дизруптивный).
43. Приспособленность организмов к условиям среды, относительный характер целесообразности.
44. Видообразованию по Ч. Дарвину: дивергенция признаков.
45. Вид, его критерии, структура.
46. Способы видообразования: аллопатрический (географический), симпатрический.
47. Понятие микро- и макроэволюции. Концепция Тимофеева-Ресовского. Результаты эволюции.
48. Вклад Линнея и Ж.Б. Ламарка в развитие представлений о природе.
49. Доказательства эволюции органического мира.
50. Главные пути и направления эволюции органического мира.
51. Закон Харди – Вайнберга. Дрейф генов.
52. Понятие популяции. Популяционные волны. Популяция – элементарная единица эволюции.
53. Мутации, как элементарный эволюционный материал. Элементарные эволюционные факторы.
54. Принципы систематики К. Линнея. Понятие искусственной и естественной систематики живых организмов.
55. Значение систематики. Систематические группы, их соподчинение.
56. Общая характеристика царств: Вирусы, Дробянки, Грибы.
57. Общая характеристика царств: Растения, Животных.
58. Экология как наука. Задачи и методы экологии.
59. Понятие среды. Экологические факторы, их взаимодействие. Диапазон толерантности.
60. Биотические факторы среды.
61. Абиотические факторы среды.
62. Понятие биоценоза и биогеоценоза.
63. Экосистемы, виды, структура экосистем.
64. Цепи и сети питания. Правило экологической пирамиды.
65. Агроценозы. Изменение биоценозов во времени. Сукцессии.
66. Закон глобальности жизни – первый закон В.И. Вернадского. Учение о ноосфере (2-ой закон В.И Вернадского).

67. Структура и границы биосферы. Понятие глобалистики.
68. Характеристика живого и косного вещества.
69. Природные ресурсы и их использование. Неисчерпаемые и исчерпаемые природные ресурсы.
70. Воздействие человека на живую природу.
71. Природоохранные мероприятия, (заповедники, заказники, национальные парки, памятники природы). Рациональное природопользование.
72. Понятие о глобальном биотическом круговороте веществ и энергии.
73. Круговорот воды, азота, углерода.
74. Эволюция и стабильность биосферы. Космические ритмы и биосфера.
75. Основные направления эволюционного развития растений и животных.
76. Экология человека как наука. Антропоэкологические системы.
77. Адаптивные типы человека.
78. Экология и здоровье человека.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
Раздел 1. Общие свойства живого.					
Первый	Тема1. Введение. Основные закономерности существования живого.	8	2	2	4
Первый	Тема 2. Структурно- функциональная организация клетки как единицы живого.	22	2	8	12
Раздел 2. Организм как уровень существования живого					
Первый	Тема 3. Размножение организмов в природе.	20	2	8	10
Первый	Тема 4. Физиологические принципы функционирования основных систем органов человека.	12	2	6	4
Первый	Тема 5. Генетика человека.	12	2	4	6
Раздел 3. Взаимоотношение организма и среды.					
Первый	Тема 6. Взаимоотношения организма и среды.	8	2	2	4
Первый	Организм в экосистеме.	8	2	-	6
Первый	Тема 8. Популяция в экосистеме.	12	2	4	6
Первый	Тема 9. Экология человека.	20	2	6	12
Раздел 4. Биосфера – глобальный уровень существования.					
Первый	Тема 10. Биосфера – глобальная экосистема.	22	2	8	12
Итого:		144	20	48	76

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается в I-ом семестре зачётом и во II-ом экзаменом. Зачет проводится в форме ответов на вопросы. Экзамен проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты, включающие в себя три теоретических вопроса.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Ярыгин В.Н. Биология. Базовый курс: учеб. Пособие для бакалавров. – М.: Академия, 2012. – 453 с.
2. Челноков А.А. Руководство к практическим занятиям по экологии человека. – Великие Луки, 2009. – 80 с.
3. Лысов П.К. и др. Биология с основами экологии: Учебник для вузов / П.К. Лысов, А.П. Акифьев, Н.А. Добротина. – М.: Высшая школа, 2007. – 656 с.
4. Тейлор Д., Грин Н., Стаут У. Биология. – М.: Мир, 2004. – 451 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Биология: Учебник для вузов. – В 2-х книгах. – Кн. 1-2 / Под ред. В.Н. Ярыгина. – 8-е изд. – М.: Высшая школа, 2007. – 431 с.(1), 334 с. (2).
 2. Биология: Учебное пособие / Под ред. Севостьяновой. – 4-е изд. – М.: Физическая культура, 2007. – 302 с.
 3. Дроздов А.А. и др. Общая биология: Учебное пособие/А.А. Дроздов, Г.И. Дядя, О.В. Осипова. – М.: Эксмо, 2007. – 210 с.
 4. Мовчан В.Н. Экология человека. - СПб, 2004. - 292с.
- Приймак Л.Я. Основные источники экологического права (методическое пособие). - Великие Луки, 2004. - 111с.

3.18. Рабочая программа дисциплины «ФИЗИКА» основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (адаптивная физическая культура) по профилю подготовки – адаптивная физическое воспитание

степень выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Егорова Л.А, к.х.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель изучения дисциплины – ознакомить студентов с теоретическими основами физики и тем самым способствовать формированию у них практических навыков для эффективного применения в профессиональной деятельности будущего специалиста по физической культуре и спорту.

Задачи дисциплины

Задачами курса является:

- овладение методологией эмпирического и теоретического типов научного мышления;
- формирование у студентов естественно - научного мировоззрения;
- целенаправленное использование физических законов оздоровительного эффекта занятий физическими упражнениями.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

«Физика» относится к вариативной части математического и естественно-научного цикла ОПП бакалавриата и предназначена для изучения студентами 1-го курса дневной формы обучения по направлению подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья». Рекомендуется изучать ее в I-ом семестре.

Учебная работа проводится в виде аудиторных занятий (72 часа) и самостоятельной работы (36 часов). Основными формами занятий является лекции, практические занятия.

При реализации дисциплины «Физика» необходимо опираться на знания, полученные в процессе обучения в общеобразовательных учреждениях. «Физика» является основой при изучении химии и биомеханики.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ОК-14, ПК-36, ПК-37, ПК-38.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- основные законы естественно – научной деятельности, применяя методы математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования (ОК-14);
- цели, задачи и методы проведения научного анализа результатов исследований с использованием их в практической деятельности (ПК-38).

уметь:

- проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования (ПК-36).

овладеть:

- культурой мышления, способностью к общению, восприятию информационной постановке цели и выбору путей ее достижения (ОК-4);
- навыками обработки результатов исследований с использованием методов

математической статистики, информационных технологий, формулировки и представлений обобщений и выводов (ПК-37).

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Как направлены тангенциальное и центростремительное ускорения относительно радиуса кривизны траектории?
2. При каком движении центростремительное ускорение равно нулю, а тангенциальное ускорение постоянно и отрицательно?
3. Чему равно произведение периода вращения материальной точки, равномерно движущейся по окружности, на ее угловую скорость?
4. Что называется импульсом силы и импульсом тела?
5. Какое условие необходимо для движения тела по инерции?
6. Какая деформация называется упругой? Какие размерности имеют коэффициент трения скольжения, коэффициент трения качения?
7. В каких местах земного шара ускорение свободного падения равно $9,81 \text{ м/с}^2$?
8. Применим ли третий закон Ньютона к силам инерции?
9. Назовите виды механической энергии. Дайте определение работы и ее единицы измерения. Работа спортсмена при движении на дистанции.
10. Какие два основных свойства энергии изолированной системы отражает закон сохранения и превращения энергии.
11. Почему принципы Гейзенберга практически не обнаруживаются для макроскопических тел?
12. На тело с моментом $2 \text{ кг}\cdot\text{м}^2$ действует вращающий момент $8 \text{ Н}\cdot\text{м}$. С каким угловым ускорением вращается тело? Момент инерции звена тела человека, рассматриваемого как твердый стержень.
13. Тело совершает гармоническое колебание, описываемое уравнением $x=4\sin(8\pi t + \pi/2)$. Чему равны период и амплитуда колебаний?
14. Чему равно ускорение колебания маятника в момент времени, когда его скорость максимальна? При каком положении маятника это наблюдается?
15. Что называется автоколебательной системой? Приведите примеры.
16. Что называется возвращающейся и вынуждающей силами?
17. Что называется волной. Дайте определение поперечной и продольной волн. Что называется длиной волны.
18. Чему равна длина волны, если точка среды, удаленная от источника колебаний на 5 см , имеет в момент времени $t = T/4$ (где T – период волны) смещение, равное половине амплитуды?
19. В каких точках пространства в результате интерференции волн возникают максимальные усиления колебаний?
20. Каков диапазон частот звуковых волн? Может ли звук распространяться в вакууме? Что называется порогом слышимости?
21. Какими законами описываются изотермические, изобарические и изохорические процессы?
22. При каких условиях реальный газ близок по своим свойствам к идеальному газу?
23. Сколько степеней свободы имеют молекулы аргона Ar , азота N_2 , CH_4 ? Чему равно отношение C_p/C_v для воздуха?
24. Четыре одинаковых конденсатора соединяются один раз параллельно, другой – последовательно. В каком случае и во сколько раз емкость блока будет больше?
25. Какой из уединенных проводящих шаров – свинцовый или алюминиевый имеет большую электроемкость, если размеры их одинаковы?
26. Несколько электронагревательных приборов, имеющих различные сопротивления, соединены между собой и включены в сети. В приборе с каким сопротивлением выделится наибольшее количество теплоты: а) в случае их последовательного соединения; б) в случае параллельного соединения?

27. У какого тела лучепоглощательная способность равна единице. Сформулируйте закон Кирхгофа.
28. Как и во сколько раз изменится полная лучеиспускательная способность абсолютно черного тела, если его термодинамическая температура возрастет вдвое?
29. Во сколько раз уменьшится количество атомов радиоактивного вещества по истечении времени, равного трем периодам полураспада. Чему равна энергия связи ядра атома водорода (протия).
30. Охарактеризуйте α -, β -, γ - излучения.

Примерная тематика рефератов

1. И. Ньютон – основоположник классической механики.
2. А.Г. Столетов и его первые фундаментальные исследования фотоэффекта.
3. Четыре фундаментальных взаимодействия в физике.
4. Открытие кварков.
5. Большой адронный коллайдер.
6. Катастрофа на Чернобыльской АЭС.

Перечень вопросов к зачету

1. Основные понятия термодинамики (термодинамическая система, теплота, работа, функции состояния, процессы обратимые и необратимые).
2. Первый и второй законы термодинамики.
3. Работа, совершаемая газом при изменении объема.
4. Энтропия. Статистический смысл второго закона термодинамики.
5. Цикл Карно.
6. Кинетическая теория идеального газа.
7. Законы идеальных газов.
8. Теплоемкость газов. Физический смысл универсальной газовой постоянной.
9. Кинематика материальной точки. Путь, траектория, перемещение.
10. Кинематика поступательного движения.
11. Кинематика вращательного равномерного движения тела по окружности.
12. Динамика твердого тела: центр масс, центр тяжести.
13. Момент инерции. Момент импульса. Момент силы.
14. Динамика вращательного движения твердого тела вокруг неподвижной оси. Уравнения.
15. Работа и энергия.
16. Первый, второй и третий законы Ньютона.
17. Сила. Равнодействующая сила. Принцип суперпозиции.
18. Закон сохранения момента импульса и энергии.
19. Движение тела при наличии сил трения. Наклонная плоскость.
20. Общая характеристика колебательных процессов.
21. Механика гармонических колебаний (смещение, скорость, ускорение).
22. маятники. Вынужденные колебания. Резонанс.
23. Волны. Уравнение волны.
24. Энергия волны. Перенос энергии волной.
25. Интерференция и дифракция света.
26. Поляризация и дисперсия света.
27. Тепловое излучение. Закон Кирхгофа. Закон Стефана-Больцмана. Закон смещения Вина.
28. Фотоэффект. Внешний фотоэффект Столетова.
29. Формула Эйнштейна для фотоэффекта. Красная граница фотоэффекта.
30. электростатика. Электрические заряды. Принцип суперпозиции электростатических полей.

31. Закон сохранения электрического заряда. Закон кулона.
32. Напряженность и потенциал электростатического поля.
33. Емкость. Конденсаторы. Энергия электростатического поля.
34. Электрический ток, сила и плотность тока.
35. Сторонние силы. Электродвижущая сила и напряжение.
36. Закон Ома. Сопротивление проводников.
37. Работа и мощность тока. Закон Джоуля-Ленца.
38. Закон Ома для неоднородного участка цепи.
39. Правила Кирхгофа для разветвленных цепей.
40. Магнитное поле и его характеристики.
41. Магнитная индукция. Сила Ампера.
42. Действие магнитного поля на движущийся заряд. Сила Лоренца.
43. Индуктивность контура. Самоиндукция.
44. Общая характеристика атомного ядра. Ядерные силы.
45. Естественная и искусственная радиоактивность. Законы радиоактивного распада.
46. Характеристика α -, β -, γ -излучений.
47. Ядерные реакции. Законы сохранения в ядерных реакциях.
48. Элементарные частицы. Фундаментальные взаимодействия.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
Первый	Тема 1. Кинематика как один из разделов классической механики.	6	2	2	2
Первый	Тема 2. Динамика материальной точки.	12	2	8	2
Первый	Тема 3. Механика твердого тела.	6	2	2	2
Первый	Тема 4. Работа и энергия, статика.	6	-	-	6
Первый	Тема 5. Молекулярно-кинетическая теория.	6	2	-	4
Первый	Тема 6. Термодинамика.	6	2	2	2
Первый	Тема 7. Электростатика.	4	-	-	4
Первый	Тема 8. Электродинамика.	6	2	2	2
Первый	Тема 9. Колебания и волны.	10	2	4	4
Первый	Тема 10. Квантовая природа излучения.	2	-	-	2
Первый	Тема 11. Элементы квантовой физики атомов.	4	-	-	4
Первый	Тема 12. Элементы физики атомного ядра и элементарных частиц.	4	2	-	2
Итого:		72	16	20	36

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается в I-ом семестре зачетом. Зачет проводится в форме ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Дмитриева В.Ф. Основы физики: учеб. пособие для студентов вузов / В.Ф. Дмитриева, В.Л. Прокофьев. – М.: Высшая школа, 2003. – 527 с.
2. Калашников Н.П., Кожевников Н.М. Физика. Интернет- тестирование базовых знаний: учеб. пособие. – СПб.: Издательство «Лань», 2009. – 160 с.

3. Краткий курс физики: учеб. для студ. вузов / Т.И. Трофимова. - М.: Высшая школа, 2006. - 352 с.
4. Лекции по физике. – Омск: СибГУФК, 2005. – 80 с.
5. Трофимова Т.И. Курс физики: учеб. пособие для вузов / Т.И. Трофимова. - М: Издательский центр «Академия», 2007 - 560 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Курс физики. Колебания и волны. Теория, задачи и решения: учеб. пособие для технич.вузов / Т.И. Трофимова, А.В. Фирсов. - М.: Академия, 2003. - 256с.
2. Трофимов Т.И. Сборник задач по курсу физики с решениями: учеб. пособие для вузов/ Т.И. Трофимова, З.Г. Павлова. – М.: высшая школа, 2006. – 591 с.
3. Яворский Б.М. Физика для школьников старших классов и поступающих в вузы: учеб. пособие / Б.М. Яворский, А.А. Детлаф. М.: Дрофа, 2008. – 795 с.

3.19. Рабочая программа дисциплины «ХИМИЯ» основной образовательной программы направления подготовки 034400 - «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* – адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Тюпаев И.М., д.б.н., профессор

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Получение студентами знаний в области общей и неорганической химии, физколлоидной, аналитической, органической химии. Получение практических навыков организации и проведения химических исследований. Применение полученных навыков при последующем изучении биохимии, физиологии, биомеханики, спортивной медицины, валеологии.

Задачи дисциплины

Воспитание у студентов:

- классического понимания сущности химических превращений в организме человека, лежащих в основе жизнедеятельности;
- навыков проведения простейших химических исследований, формирования массива данных, статистической и биометрической обработки полученных данных, интерпретации результатов;
- умения применять на практике полученные в области химии знания.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

«Химия» относится к вариативной части математического и естественнонаучного цикла ОПП бакалавриата. Предназначена для изучения в первом семестре студентами первого курса дневной формы обучения по направлению подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» по профилю «Адаптивное физическое воспитание».

Учебная работа проводится в течение 50 часов аудиторных занятий и 58 часов самостоятельной работы. Основные формы занятий – лекции, лабораторно-практические занятия и контрольные работы. Последние студенты выполняют в виде тестовых заданий.

Преподавание дисциплины «Химия» основывается на базовых знаниях, полученных студентами в общеобразовательных учреждениях.

Предмет «Химия» предшествует освоению таких последующих дисциплин, как «Биохимия», «Физиология», «Основы медицинских знаний», «Валеологические основы физической культуры и рекреации», «Биомеханика».

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-4.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- основные характеристики естественнонаучной картины мира, место и роль человека в природе; основные способы математической обработки информации.

уметь:

- описать, объяснить, доказать, рассказать о химических явлениях, используя систему знаний, базирующихся на основных законах химии, применять естественнонаучные знания в учебной и профессиональной деятельности; находить и использовать информацию, необходимую для ориентации в основных текущих проблемах педагогики.

овладеть:

- фундаментальными химическими понятиями, законами, теориями, основными методами математической обработки информации; основами методов теоретического и экспериментального исследования.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «ХИМИЯ» содержит разделы:

Раздел 1. Общая и неорганическая химия.

Раздел 2. Физическая и коллоидная химия.

Раздел 3. Аналитическая химия.

Раздел 4. Высокомолекулярные соединения.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Чем отличаются молекулы от ионов?
2. Какие из утверждений не имеют смысла?
 - А) Масса атома углерода – 12 а.е.м.
 - Б) Относительная молекулярная масса водорода (H_2) равна 2 а.е.м.
 - В) Масса атома серы равна четырем.
 - Г) Относительная молекулярная масса кислорода (O_2) – 32.
3. В каких предложениях речь идет о веществе, в каких – о молекулах, в каких – об элементах?
 - А) Золото не растворяется в кислотах
 - Б) Относительная атомная масса азота равна 14
 - В) Кислород необходим для дыхания
 - Г) В состав воды входят водород и кислород
 - Д) Масса кислорода – 32 а.е.м.
4. Что обозначает порядковый номер элемента?
5. Из каких частиц построено ядро атома? Какие характеристики у этих частиц?
6. Пользуясь Периодической таблицей, выберите верные утверждения:
 - а) заряд ядра атома серы равен 16;
 - б) заряд ядра атома кислорода равен 16;
 - в) общее число электронов в атоме азота – 7;
 - г) общее число электронов в атоме азота – 14;
 - д) относительная атомная масса атома азота – 14.
7. Рассчитайте количество протонов, нейтронов и электронов в атоме с порядковым номером 7 и значением массового числа 15. Найдите его положение в таблице. Какой это химический элемент?.
8. Составить электронную конфигурацию любого атома и определить квантовые числа электронов.
9. Виды и характеристики химической связи. Ковалентная связь и ее природа.
10. Уравнение состояния идеального и реального газа.
11. Реакции эндотермические и экзотермические. Энтропия и ее изменение при химической реакции. Рассчитать тепловой эффект химической реакции.
12. Можно ли предсказать влияние температуры на направление химической реакции, если известна ее энтальпия? Ответ подтвердите какой-либо реакцией.
13. Что называется фазовым равновесием? Привести примеры этих процессов. Условие фазового равновесия. Что такое тройная точка?
14. Рассчитать: а) изменение скорости реакции при изменении температуры, если известна энергия активации; б) энергию активации, если известно изменение скорости реакции при изменении температуры.
15. Законы Рауля, Вант-Гоффа и Нернста, осмотическое давление. Рассчитать давление насыщенного пара растворителя над раствором, осмотическое давление при известной концентрации.

16. Рассчитать молярную и нормальную концентрации, молярную, массовую и объемную доли раствора.
17. Ионное произведение воды и водородный показатель (рН).
18. Написать уравнения электролитической диссоциации электролитов.
19. Рассчитать рН растворов слабых кислот и оснований, сильных кислот и щелочей.
20. Написать уравнение гидролиза той или иной соли.
21. Составить уравнение окислительно – восстановительной реакции.
22. Описать последовательность электродных процессов в гальваническом элементе.
23. Рассчитать по закону Фарадея количество прошедшего электричества или количество прореагировавшего на электроде вещества.
24. Физические и химические свойства металлов.
25. Классификация коррозионных процессов. Химическая коррозия.
26. Основные методы защиты от коррозии.
27. Протекторы, ингибиторы коррозии.
28. Физические методы анализа – характеристика.
29. Титриметрические методы анализа – характеристика.
30. Методы получения синтетических волокон.
31. Аминокислоты – классификация, свойства.

Примерная тематика рефератов

Не предусмотрены ГОС.

Перечень вопросов к зачёту

1. Химическая связь (определение). Виды химических связей (перечислить). Ковалентная связь (образование). Изобразите в виде схем образование молекул: а) H_2 , Cl_2 ; б) NH_3 .
2. Закон А. Авогадро (формулировка). Следствия из закона Авогадро. Число Авогадро.
3. Чему равна масса 800 см^3 кислорода при н.у.
4. При взаимодействии 0,91 г некоего металла с раствором соляной кислоты выделилось 0,314 л водорода. Определите этот металл.
5. Закон сохранения массы, закон постоянства состава (формулировки). Эквиваленты элемента и сложного вещества (определение). Определите грамм-эквиваленты: HCl , H_3PO_4 , $NaOH$, $Ca(OH)_2$, $Al_2(SO_4)_3 \cdot 18H_2O$.
6. Химическая связь (определение). Типы химических связей.
7. Принцип Паули (формулировка). Определите положение элемента с порядковым номером 22 в Периодической системе химических элементов Д.И. Менделеева. Составьте его электронную формулу. К какому электронному семейству данный элемент относится?
8. Строение атомов химических элементов и закономерности в изменении их свойств на примере: а) элементов одного периода; б) элементов одной главной подгруппы.
8. Квантовые числа, характеризующие состояние электронов в атоме. Максимальное количество электронов: а) на каждом из первых четырёх энергетических уровней; б) на подуровнях s, p, d, f.
9. Период (определение) в Периодической Системе химических элементов Д.И. Менделеева. Зависимость свойств элементов в периодах от возрастания их атомной массы.
10. Строение атома. Орбитальное квантовое число. Конфигурация орбиталей. Энергия подуровней.
11. Периодические свойства химических элементов. Свойства химических элементов, не имеющие периодичности. Энергия ионизации, сродство к электрону, электроотрицательность химических элементов (определение). Количественные характеристики металличности и неметалличности химических элементов.
12. Малые периоды Периодической системы химических элементов Д.И. Менделеева (характеристика).
13. Большие периоды Периодической системы химических элементов Д.И. Менделеева (характеристика).
14. Группы Периодической системы химических элементов Д.И. Менделеева (характеристика).

15. Химические свойства металлов.
16. Соли (классификация). Растворимость. Диссоциация и Гидролиз. Реакция среды (кислая, нейтральная, основная) при диссоциации и гидролизе солей.
17. Кислоты (классификация). Сильные и слабые кислоты (примеры). Основность кислот.
18. Оксиды (классификация).
19. Гидроксиды (классификация).
20. Смешали 200 г раствора глюкозы с массовой долей растворённого вещества 20% и 300 г раствора с массовой долей 10%. Укажите массовую долю (%) вещества в полученном растворе.
21. Массовая доля сульфата калия в насыщенном при 10 °С водном растворе равна 8,44 %. Вычислите массу сульфата калия, которая растворится в 100 г воды при этой же температуре.
22. Чему равны молярность и нормальность 30 % раствора серной кислоты плотностью 1,22 г/мл?
23. Рассчитайте объём раствора с молярной концентрацией 2 моль/л, приготовленный из 49,9 мл раствора с массовой долей серной кислоты 96% ($\rho = 1,84$ г/мл).
24. Приведите пример реакции гидролиза соли, образованной слабым основанием и сильной кислотой. Какой будет реакция среды (pH) в результате гидролиза соли?
25. Электролиты (определение). Классификация электролитов. Степень диссоциации. Примеры диссоциации электролитов.
26. Гидролиз солей (определение). Какие соли подвергаются гидролизу? Составьте ионные уравнения гидролиза солей: NH_4Cl , KCN , CH_3COONa . Укажите, какие из полученных гидролизатов солей (растворов) имеют нейтральную реакцию среды (pH), кислую, основную.
27. В каких случаях химическую реакцию называют прямой? Напишите реакцию между соляной кислотой и уксуснокислым натрием в ионном и сокращённом ионном видах.
28. Химические реакции обмена (определение). Какие вещества образуются в реакциях обмена в растворах электролитов? Напишите ионные уравнения химических реакций, протекающих по схемам:

$$\text{Fe}_2(\text{SO}_4)_3 + \text{SrCl}_2 \rightarrow \text{FeCl}_3 + \text{SrSO}_4;$$

$$\text{Fe}(\text{NO}_3)_3 + \text{KOH} \rightarrow \text{Fe}(\text{OH})_3 + \text{KNO}_3.$$
29. Окислительно-восстановительные реакции (определение). Составьте ионные и электронные уравнения следующей окислительно-восстановительной реакции:

$$\text{FeCl}_3 + \text{SnCl}_2 \leftrightarrow \text{FeCl}_2 + \text{SnCl}_4.$$
30. Степень окисления (определение). Степени окисления фтора и алюминия. Определите степени окисления элементов в молекулах и ионах: KNO_3 , SO_3^{2-} , H_2SO_4 , CO_3^{2-} .
31. Сущность реакций окисления-восстановления. Дана схема реакции:

$$\text{NaI} + \text{MnO}_2 + \text{H}_2\text{SO}_4 \rightarrow \text{I}_2 + \text{MnSO}_4 + \text{H}_2\text{O}.$$
Какие ионы изменяют степень окисления. Определите окислитель и восстановитель. Составьте электронное уравнение реакции и расставьте коэффициенты.
32. Принцип Ле-Шателье (определение). Равновесие в указанных системах сместится в сторону продуктов реакции или в сторону исходных веществ?

$$2\text{CO} + \text{O}_2 \leftrightarrow 2\text{CO}_2 + 136 \text{ ккал}$$

$$\text{N}_2 + \text{O}_2 \leftrightarrow 2\text{NO} - 43,2 \text{ ккал}$$
33. Химическое равновесие (формулировка). Константа равновесия. Уравнение константы равновесия на примерах гомогенной и гетерогенной химических реакций.
34. Фаза (определение). Какую систему называют гетерогенной? Математическое выражение закона действия масс для реакции:

$$\text{FeO} + \text{CO} \leftrightarrow \text{Fe} + \text{CO}_2.$$
35. Что изучает термохимия? Закон Гесса и следствия из него.
36. Реакция горения этилена – $\text{C}_2\text{H}_4 + 3\text{O}_2 = 2\text{CO}_2 + 2\text{H}_2\text{O}$, $\Delta_r H = -337,93$ ккал/моль. Определить теплоту образования этилена, если $\Delta_f H$ CO_2 и H_2O равны 94,0 ккал/моль и 68,4 ккал/моль соответственно.
37. Рассчитать количество выделяемой теплоты при сгорании 162 г алюминия по уравнению реакции:

$4\text{Al} + 3\text{O}_2 = 2\text{Al}_2\text{O}_3$, $\Delta_r H^\circ (-1675 \text{ кДж/моль})$.

38. Термохимия (определение). Законы термохимии. Смысл термохимического уравнения: $\text{H}_2 + 1/2\text{O}_2 = \text{H}_2\text{O}$, $\Delta_r H^\circ (-68,4 \text{ ккал})$.

39. Определите $\Delta_r H^\circ$ реакции горения этилового спирта, если $\Delta_f H^\circ \text{ CO}_2$, H_2O и этилового спирта равны 94,0 ккал/моль, 68,4 ккал/моль и 66,3 ккал/моль соответственно.

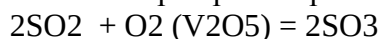
40. Какое количество теплоты выделяется в организме при окислении 45 г глюкозы ($\Delta_f H^\circ = 1273 \text{ кДж/моль}$) до углекислого газа ($\Delta_f H^\circ = 393 \text{ кДж/моль}$) и воды ($\Delta_f H^\circ = 286 \text{ кДж/моль}$) ?

41. Установлено, что максимальная механическая работа, которая может быть совершена человеком в результате окисления 1 г глюкозы кислородом, равна 6,5 кДж (с учётом КПД живого организма). При этом выделяется 9,5 кДж теплоты (Q). Какая масса глюкозы должна окислиться в организме, чтобы человек мог поднять груз массой $m = 15 \text{ кг}$ на высоту $h = 2 \text{ м}$ в количестве $n = 10$ раз и сколько при этом он потеряет энергии?

42. Термохимия (определение). Энтальпия. Экзо- и эндотермические процессы. Энтропия. Энергия Гиббса. Если энтальпия образования SO_2 равна (-297 кДж/моль), то количество теплоты, выделяемое при сгорании 16 г серы, равно ? кДж.

43. Что изучает химическая кинетика? Скорость химических реакций в гомогенных и гетерогенных системах. Факторы, влияющие на скорость химических реакций.

44. Катализ, катализаторы (определение). Гомогенный и гетерогенный катализ. Роль катализатора при гетерогенном катализе. Укажите вид катализа в реакциях:



45. Влияние температуры на скорость химической реакции. Правило Вант Гоффа.

46. Сформулируйте: закон действия масс, закон Ж. Гей-Люссака, правило Вант-Гоффа.

47. На сколько градусов необходимо понизить температуру, чтобы уменьшить скорость реакции в 16 раз ($\gamma = 2$).

48. В сосуде объёмом 2 л смешали газ А количеством вещества 4,5 моль и газ В количеством вещества 3 моль. Газы А и В реагируют в соответствии с уравнением $\text{A} + \text{B} = \text{C}$. Через 20 с в системе образовался газ С количеством вещества 2 моль. Определите среднюю скорость реакции. Какие количества непрореагировавших газов А и В остались в системе?

49. Растворение твёрдых веществ. Теплота растворения.

50. Дисперсная система (формулировка). Какая дисперсная система называется суспензией, эмульсией, коллоидным раствором, гелем. Приведите примеры.

51. Уравнение Клайперона-Менделеева. Закон А. Авогадро. Определение мольной (млекулярной) массы и относительной плотности газа. Плотность гелия по воздуху – 0,138. Какова мольная масса гелия?

52. Осмотическое давление крови человека составляет 790 кПа. Рассчитайте массовую долю (%) хлорида натрия в водном растворе с таким же осмотическим давлением ($\alpha = 1$).

53. При какой температуре замерзает раствор, содержащий 12 г мочевины в 100 г воды ($K_{\text{H}_2\text{O}} = 1,86 \text{ град}\cdot\text{кг}\cdot\text{моль}^{-1}$)?

54. Растворы (определение). Способы выражения состава растворов. Моль-эквиваленты кислот, оснований, солей.

55. Кипение и замерзание растворов. Второй закон Рауля (формулировка). Физический смысл эбуллиоскопической и криоскопической констант. Осмос (определение). Закон Вант-Гоффа. Чему равно осмотическое давление (кПа) раствора глюкозы с молярной концентрацией 0,1 моль/л при 25° С.

56. Диссоциация воды. Ионное произведение воды. Водородный показатель (рН). Буферные растворы (определение). Буферная ёмкость.

57. Чему равно значение рН раствора, в 1 литре которого содержится 0,2 моль ацетата аммония и 0,2 моль уксусной кислоты ($K_a = 1,8 \cdot 10^{-5}$)?

58. Качественный химический анализ. Методы качественного химического анализа. Реакции катиона NH_4^+ .

59. Смешали по 250 мл растворов фторида натрия ($C=0,2$ моль/л) и нитрата лития ($C=0,3$ моль/л). Определите массу образовавшегося осадка. Произведение растворимости фторида лития = $1,5 \cdot 10^{-3}$ моль²/л².
60. Сколько граммов нитрата серебра выпадет в осадок из 10 г раствора, насыщенного при 80° С, при охлаждении его до 20° С? Растворимость нитрата серебра составляет 635 г при 80° С и 228 г при 20° С.
61. Какое количество нитрата серебра (г) должен содержать раствор, используемый для осаждения хлорид-ионов из 100 мл раствора соляной кислоты с молярной концентрацией 0,1 моль/л.
62. Количественный химический анализ. Методы количественного химического анализа. Виды ошибок при математическом анализе данных количественного химического анализа. Использование трилона Б (ЭДТА) в количественном химическом анализе.
63. Какой объём (мл) раствора гидроксида калия с молярной концентрацией 0,2 моль/л потребуется для нейтрализации 100 мл раствора серной кислоты с молярной концентрацией 0,1 моль/л?
64. На титрование 15 мл раствора гидроксида натрия затрачено 20 мл раствора соляной кислоты с молярной концентрацией 0,09 моль/л. Какова масса щёлочи в 500 мл этого раствора?
65. Химические источники тока. Гальванический элемент Даниэля-Якоби (схема, принцип действия). Стандартный электродный потенциал. Катод, анод. ЭДС гальванического элемента.
66. Электрохимическая коррозия. Катодная и анодная защита изделий из железа.
67. Электролиз (определение). Виды электролиза. Электрохимический ряд напряжений металлов. Электрохимические процессы на катоде и аноде. Законы Фарадея.
68. Какие химические процессы происходят на инертных электродах при электролизе водного раствора сульфата меди?
69. Через раствор массой 400 г с концентрацией нитрата меди 10 % пропускали ток силой 10 ампер в течение 1 часа. Какие вещества и в каких количествах выделились на электродах?
70. Полимеры (определение). Полимеризация (на примере получения полистирола). Поликонденсация (на примере получения фенолформальдегидного полимера).
71. Нуклеиновые основания (классификация). Нуклеиновые кислоты: состав на примере АТФ.
72. Биополимеры (определение). Белки: структура, пептидные связи.
73. Углеводы (определение, общая формула). Классификация углеводов.
74. Липиды (определение). Состав липидов (строение молекул липидов).
75. Пептиды (классификация). Пептидная связь.
76. Амины (определение). Структура аминов. Химические свойства аминов.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего часов	Аудиторные занятия		Самостоят работа
			Лекции	Практич.	
Раздел 1. Общая и неорганическая химия					
<i>Первый</i>	Тема 1.1. Строение атома и периодическая система. Химическая связь и строение вещества. Стехиометрические законы.	14	2	6	6
<i>Первый</i>	Тема 1.2 . Классы неорганических соединений. Способы выражения состава растворов.	8	2	2	4
<i>Первый</i>	Тема 1.3. Равновесия в растворах электролитов. Окислительно-восстановительные реакции.	14	2	6	6

Раздел 2. Физическая и коллоидная химия					
Первый	Тема 2.1. Химическое равновесие. Общие свойства растворов.	10	2	2	6
Первый	Тема 2.2. Основы химической термодинамики. Химическая кинетика и катализ.	10	2	2	6
Первый	Тема 2.3. Электрохимические процессы. Гальванический элемент. Коррозия металлов.	10	2	2	6
Первый	Тема 2.4. Электрохимические процессы. Электролиз	8	2	2	4
Раздел 3. Аналитическая химия					
Первый	Тема 3.1. Теоретические основы аналитической химии. Качественный и количественный химический анализ.	14	2	2	10
Раздел 4. Высокомолекулярные соединения.					
Первый	Тема 4.1. Органические и неорганические полимеры. Строение и свойства полимеров.	8	2	2	4
Первый	Тема 4.2. Биополимеры	12	2	4	6
Итого:		108	20	30	58

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачётом в соответствии с объемными требованиями. Итоговый контроль проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты, а также предполагает демонстрацию химических циклов, формул на доске или на компьютере с помощью программы «Химический редактор».

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Вершинин В.И. Аналитическая химия / В.И. Вершинин, И.В. Власова, И.А. Никифорова. – М.: Академия, 2011. 448 с. (Бакалавриат).
2. Габриелян О.С. Общая и неорганическая химия / О.С. Габриелян, И.Г. Остроумов, Е.Г. Турбина. М.: Академия, 2011. – 480 с. (Бакалавриат).
3. Сумм, Б.Д. Основы коллоидной химии : учеб. пособие для студ. вузов / Б.Д. Сумм. - 3-е изд., стер. - М. : Академия, 2009. - 240 с. - (Высш. проф. образование) . - ISBN 978-5-7695-6596-0: 263-11.
4. Волков, Н.И. Химия : учеб. пособие для студ. вузов / Н.И. Волков, М.А. Мелихова. - М. : Академия, 2007. - 336 с.+ прил.: с.330-331. - (Высш. проф. образование) . - ISBN 978-5-7695-3479-9: 280-72.
5. Фактор, Э.А. Основы химии : учебно-метод. пособие / Э.А. Фактор. - СПб. : СПбГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2007. - 175 с.: 80-00.
6. Хомченко И. Г. Общая химия. Сборник задач и упражнений. – М.: Новая Волна, 2004
7. Ахметов Н.С. Общая и неорганическая химия. – М.: Высшая школа, 2003

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Суботина Н.А. Демонстрационные опыты по неорганической химии / Н.А. Субботина, В.А. Алёшин, К.О. Знаменков. М.: Академия, 2008. – 281 с.
2. Рабочая тетрадь для контрольной работы по химии / авт.-сост. Л.Г. Баймакова, Л.Г. Харитонова. - Омск : СибГУФК, 2007. - 60 с.
3. Практикум по неорганической химии / В.А. Алёшин, К.М. Дунаева, А.И. Жиров и др. – М.: Издательский центр академия, 2004. – 384 с.

4. Хомченко, И.Г. Общая химия: сборник задач и упражнений : учеб. пособие / И.Г. Хомченко. - М. : Новая Волна; Умеренков, 2004. - 256 с

3.20. Рабочая программа дисциплины «Компьютерная обработка данных экспериментальных исследований» основной образовательной программы направления подготовки 034400 - «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» *по профилю* подготовки адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Моисеев Сергей Александрович, кандидат биологических наук, старший преподаватель

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основными целями дисциплины являются: формирование навыков и умений компьютерной обработки статистических данных; применение методов компьютерной обработки данных в психолого-педагогических исследованиях. Достижение названных целей предполагает теоретическую подготовку студентов, их практическую и самостоятельную познавательную деятельность. С этой целью предусматриваются лекционные, практические и самостоятельные занятия.

Задачи дисциплины

Задачами дисциплины являются: овладеть способами обработки данных научных исследований; выработать умение осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов научных исследований; овладеть навыками использования электронной таблицы Excel для обработки и сравнительного анализа результатов спортивных измерений тренировочных и соревновательных процессов.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Компьютерная обработка данных экспериментальных исследований» относится к вариативной части математического и естественнонаучного цикла основной образовательной программы по направлению подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» и предназначена для изучения студентами 2-го курса очной формы обучения.

Учебная работа (32 часа) проводится в виде аудиторных занятий. Основными формами занятий являются лекции, практические занятия, самостоятельная работа студентов. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических должна быть обеспечена возможность применения теоретических сведений при овладении студентами практических навыков обработки данных, используя современные программные средства. Внеаудиторная работа предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ОК-14, ОК-15, ОК-16, ОК-17, ОК-18, ПК-8, ПК-36, ПК-37, ПК-38.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- основные понятия и методы математического анализа;
- понятие информации, способы ее хранения и обработки;
- структуру, принципы работы и основные возможности вычислительных машин;
- методы получения экспериментальных данных, базовые способы обработки информации: сортировка, поиск, отбор информации.

уметь:

- использовать основы математического анализа;
- использовать математическую статистику для обработки эмпирических данных исследований в своей профессиональной области;

- работать с традиционными носителями информации, работать с информацией в глобальных сетях.
- применять основные программы и функции компьютерной обработки данных для решения профессиональных задач.

овладеть:

- основными методами работы на персональном компьютере;
- методами математического анализа и моделирования,
- навыками использования компьютерной обработки в учебных и научно-исследовательских целях.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «компьютерная обработка данных экспериментальных исследований» содержит разделы:

Раздел 1. Этапы и методы педагогических исследований.

Раздел 2. Информация, данные, их структура и типы.

Раздел 3. Математические методы в психолого-педагогических исследованиях.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Методы педагогических исследований.
2. Измерение информации и единицы хранения данных.
3. Математические методы в психолого-педагогических исследованиях.
4. Параметрические и непараметрические методы статистической обработки данных.
5. Графическое представление результатов эксперимента.
6. Аналитические методы получения параметров функциональной зависимости.
7. Статистическая проверка гипотез.
8. Общий алгоритм статистической проверки гипотез.
9. Практическое применение статистических критериев.
10. Программное обеспечение для статистического анализа данных.
11. Основные понятия и определения теории вероятностей.

Примерная тематика рефератов

Образовательным стандартом не предусмотрены.

Перечень вопросов зачёту

1. Этапы педагогического исследования.
2. Методы педагогических исследований.
3. Метод наблюдений. Метод беседы и интервью. Метод анкетирования.
4. Метод тестирования. Метод рейтинга.
5. Метод педагогического эксперимента.
6. Задачи педагогического эксперимента.
7. Модель типичного педагогического эксперимента.
8. Этапы проведения эксперимента.
9. Условия выбора необходимого числа экспериментальных объектов.
10. Данные, их структура (линейные, табличные, иерархические) и типы (структурированные и неструктурированные).
11. Операции, проводимые с данными (сбор, формализация, фильтрация и т.д.).
12. Кодирование текстовой и графической информации.
13. Измерение информации и единицы хранения данных.
14. Генеральная совокупность и выборочный метод (необходимый объем выборки).
15. Корреляционный анализ. Использование инструментария Excel.
16. Виды взаимосвязей между признаками.
17. Корреляционные поля и цель их построения.
18. Коэффициенты корреляции и их свойства. Нормированный коэффициент корреляции Браве-Пирсона.

19. Оценка достоверности результатов исследования.
20. Параметрические и непараметрические методы статистической обработки данных.
21. Оценка достоверности различий средних несвязанных (независимых) выборок по t-критерию Стьюдента.
22. Оценка достоверности различий средних связанных (зависимых) выборок.
23. Определение достоверности различий по T-критерию Уайта.
24. Применение критерия Стьюдента для связанных выборок в программе MS Excel 2007.
25. Применение критерия Стьюдента для независимых выборок в программе MS Excel 2007.
26. Построение корреляционного поля в программе MS Excel 2007.
27. Вычисление коэффициента корреляции Брауэ-Пирсона в программе MS Excel 2007.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Практические занятия	
Компьютерная обработка данных экспериментальных исследований					
1	Раздел 1. Этапы и методы педагогических исследований. Тема 1.1. Методы педагогических исследований	6	2	-	4
2	Раздел 2. Информация, данные, их структура и типы. Тема 2.1. Структура и типы данных. Кодирование информации.	6	2	-	4
3	Раздел 3. Математические методы в психолого-педагогических исследованиях. Тема 3.1. Параметрические и непараметрические методы статистической обработки данных.	60	2	26	32
	Итого:	72	6	26	40

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Процесс обучения на втором курсе в первом семестре заканчивается зачетом. Зачет проходит в форме ответов на вопросы, указанные в билете.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Губа В.П. Измерения и вычисления в спортивно – педагогической практике/Губа В.П. и др. – М.: Физкультура и спорта, 2006. – 220 с.
2. Красильников В.В., Тоискин В.С. Математические методы в психолого-педагогических исследованиях: Учебно-методическое пособие. – Ставрополь: Изд-во СГПИ, 2008. – 84 с.
3. Математические методы психологического исследования: анализ и интерпретация данных : учеб. пособие / А.Д. Наследов. - 3-е изд., стер. - СПб. : Речь, 2008. - 392 с.+ прил.: с.353-388.
4. Михайлина Т.М. Элементы теории вероятностей и математической статистики: учеб. пособие / Т.М. Михайлина. - 2-е изд., перераб. и доп. - Краснодар : КГУФКСТ, 2008. - 180 с. : ил.+ прил.: с.162-171
5. Обработка экспериментальных данных в MS Excel : методические указания к выполнению лабораторных работ для студентов дневной формы обучения / сост. Е. Г. Агапова, Е. А. Битехтина. – Хабаровск : Изд-во Тихоокеан. гос. ун-та, 2012. – 32 с.
6. Спортивная метрология; учебник/В.Б. Коренберг, - М.: Физическая культура, 2008.- 368 с.

7. Шестаков М.П. Статистика. Обработка Спортивных данных на компьютере: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений физической культуры / М.П. Шестаков, - М.: ТВТ Дивизион, 2009. – 248 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Коренберг В.Б. Спортивная метрология; слов.- справ./В.Б. Коренберг, - М.: Советский спорт. 2004. – 340 с.
2. Начинская С.В. Спортивная метрология; Учебное пособие для студентов высших учеб. Заведений, - М.: Издательский центр «Академия, 2005, - 240 с.
3. Полат, Е.С. Современные педагогические и информационные технологии в системе образования : учеб. пособие для студ. вузов / Е.С. Полат, М.Ю. Бухаркина. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 368 с.
4. Советов, Б.Я. Информационные технологии : учеб. для бакалавров / Б.Я. Советов, В.В. Цехановский. - 6-е изд. - М. : Юрайт, 2012. - 263 с.
5. Крамер Д. Математическая обработка данных в социальных науках: современные методы : учеб. пособие для студ. вузов / Д. Крамер ; ред. О.В. Митина. - М. : Академия, 2007+ прил.: с.276-284.
6. Гмурман В.Е. Теория вероятностей и математическая статистика. – М.: Высшая школа, 2005.

3.21. Рабочая программа дисциплины «СПОРТИВНАЯ МЕТРОЛОГИЯ» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Кошкарев Л. Т. к.п.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель дисциплины - овладеть определенным объемом знаний, выработать соответствующие умения и навыки в обеспечении единства и точности измерений, необходимые будущим бакалаврам адаптивной физической культуры для решения практических задач данной отрасли.

Кроме того, изучение дисциплины способствует: формированию естественно научного мировоззрения студентов, развитию логического мышления освоению метрологических основ современной теории и практики комплексного контроля.

Задачи дисциплины

Основной задачей спортивной метрологии, как научной дисциплины является обеспечение единства и точности измерений в спорте и физическом воспитании.

Важными задачами также являются: изучение особенностей спортсмена как объекта измерений; обучение методам статистической обработки результатов комплексного контроля над состоянием спортсмена; привитие студентам навыков самостоятельной работы с измерительной аппаратурой; приближение содержания обучения в академии к запросам будущей практической деятельности студентов.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

«Спортивная метрология» дисциплина по выбору студентов, относится к вариативной части математического и естественно научного цикла, призвана решать профессиональную подготовку специалистов в области адаптивной физической культуры.

Предназначена для изучения ее студентами 3-го курса (5 семестр) очной формы обучения. По направлению подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Учебная работа (54 часа) проводится в виде аудиторных занятий, (54 часа – самостоятельная работа). Основными формами занятий являются лекции, семинарские и практические занятия.

Для изучения дисциплины студент должен обладать необходимыми знаниями по дисциплинам: «Математика», «Физика». «Биомеханика», « Теория и методика физической культуры» и многие другие.

Дисциплина является предшествующей для изучения следующих дисциплин: «технологии физкультурно-спортивной деятельности», дипломная работа (статистическая обработка результатов исследований) и др.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК – 14, ПК -3, ПК -24, ПК -36, ПК -37, ПК – 38.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- основные законы естественно научных дисциплин в профессиональной деятельности;
- методы математического анализа и моделирования;
- теоретического и экспериментального исследования;

- морфофункциональные, социально-психологические особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- методы измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования;
- методы математической статистики, информационные технологии;
- методику анализа результатов исследований для использования их в практической деятельности.

Уметь:

- осуществлять выбор и применять методы статистической обработки при проведении в доступных формах научных исследований в сфере профессиональной деятельности; представлять результаты обработки данных для их дальнейшего анализа и использования, применять методы измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности людей с отклонениями в состоянии здоровья.

Владеть:

- основными методами математической статистики для обработки и представления научной информации, методиками педагогического контроля для оценки физической подготовленности; приемами коррекции физического состояния человека в процессе профессиональной деятельности.

Материально-техническое обеспечение

Для проведения лекционных занятий по дисциплине «Спортивная метрология» необходимо мультимедийное оборудование.

При прохождении студентами первого раздела «статистические методы обработки результатов спортивных измерений» необходимы: таблицы критических значений, справочники, калькуляторы, специальная литература, компьютерный класс.

Для выполнения лабораторно-практических работ необходимо следующее оборудование и приборы: велоэргометр, монитор сердечного ритма, динамометр, секундомер, метроном, сфигмоманометр, измеритель последовательных реакций ИПР-01.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Спортивная метрология» содержит разделы:

Раздел 1. Статистические методы обработки результатов спортивных измерений.

Раздел 2. Метрологические основы комплексного контроля в тренировочном процессе спортсменов.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Разработка таблицы очков по видам спорта.
2. Шкалы оценок.
3. Основные задачи оценивания, проблема критерия.
4. Перцентильная шкала, шкалы выбранных точек.
5. Оценка комплекса тестов.
6. Разновидности отбора.
7. Модельные характеристики, пути определения модельных характеристик.
8. Прогнозирование в спорте.
9. Метрологические основы отбора.

10. Метрологическое обеспечение измерений в спорте.

Перечень вопросов к зачету

1. Шкалы измерений.
2. Единицы измерений.
3. Погрешности измерений.
4. Генеральная и выборочная совокупности. Сущность выборочного метода, требования к выборке.
5. Ранжированный, вариационный, интервальный ряды измерений, их графики
6. Вычисление и смысл средних: средняя арифметическая, мода, медиана. Доверительный интервал генеральной средней ($\bar{X}$), при заданной вероятности.
7. Вычисление и смысл стандартного отклонения (среднего квадратического отклонения), коэффициента вариации.
8. Ошибки основных статистических показателей (средней арифметической, стандартного отклонения, коэффициента вариации).
9. Доверительная вероятность. Уровень значимости.
10. Сравнение выборочных средних по t-критерию Стьюдента, непараметрические критерии различия, их достоверность.
11. Понятие о функциональной и статистической (корреляционной) зависимости.
12. Корреляционная зависимость: форма, направление и теснота её связи.
13. Вычисление и смысл коэффициента корреляции.
14. Вычисление и смысл рангового коэффициента корреляции.
15. Вычисление и смысл коэффициента детерминации.
16. Понятие о регрессии. Вычисление и смысл коэффициентов регрессии.
17. Понятие о тестах и тестировании.
18. Понятие надёжности тестов, её разновидности: стабильность, согласованность, эквивалентность.
19. Определение надёжности тестов в практической работе, пути повышения надёжности.
20. Информативность тестов (эмпирическая, логическая, факторная).
21. Добротность тестов, гомогенные и гетерогенные, комплексы тестов.
22. Квалиметрия, оценка качественных показателей, её основные положения.
23. Метод экспертных оценок.
24. Инструментальные методы.
25. Вычисление и смысл коэффициента конкордации.
26. Проблема оценок в спорте, задачи, проблема критерия.
27. Таблицы очков по видам спорта и шкалы оценок.
28. Нормы, их разновидности, пригодность норм.
29. Понятие о выносливости. Наиболее распространённые тесты контроля за уровнем развития выносливости.
30. Добротность тестов выносливости.
31. Контроль над скоростными качествами. Контроль над временем реакции.
32. Контроль над быстротой движений, добротность скоростных качеств.
33. Основные показатели силовых качеств спортсмена.
34. Контроль над силовыми качествами с помощью измерительных приборов.
35. Контроль над силовыми качествами без измерительных приборов, добротность силовых тестов.
36. Контроль над гибкостью.
37. Контроль над ловкостью.
38. Классификация нагрузок.
39. Контроль над объёмом и за интенсивностью нагрузки.
40. Контроль над соревновательными нагрузками.
41. Контроль над технической подготовленностью.

42. Контроль над спортивной тактикой.
 43. Моделирование в спорте.
 44. Прогнозирование в спорте.
 45. Метрологическое обеспечение измерений в спорте.
 46. Предмет, задачи, содержание спортивной метрологии. Контроль как основа управления в тренировочном процессе.
 47. Состояние спортсмена и разновидности контроля.
 48. Содержание и организация этапного контроля.
 49. Содержание и организация текущего контроля.
 50. Содержание и организация оперативного контроля.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Практические занятия	
1	Раздел 1. Статистические методы обработки результатов спортивных измерений.				
	1.1. Спортивная метрология, ее предмет, задачи, содержание, история, взаимосвязь с другими дисциплинами. Контроль как основа управления тренировочным процессом.	2	1	1	
	1.2. Основа теории спортивных измерений.	4	1	1	2
	1.3. Вычисление основных числовых характеристик выборки.	8		2	6
	1.4. Проверка статистических гипотез в физическом воспитании.	10	2	4	4
	1.5. Корреляционный анализ.	10	2	4	4
	1.6. Основы теории тестов.	6	2	4	
	1.7. Основы теории оценок.	8	2	2	4
	1.8. Квалиметрия, методы измерения качественных признаков.	3	1	2	
	1.9. Методы прогнозирования и отбора в спорте.	7	1		6
	1.10. Контрольная работа №1. Тема: Статистические методы обработки результатов исследования.	8		2	6
2	Раздел 2. Метрологические основы комплексного контроля в тренировочном процессе спортсменов.				
	2.1. Содержание и организация этапного, текущего, оперативного контроля.	10	2	4	4
	2.2. Метрологические основы контроля над физической и технической подготовленностью	10		6	4
	2.3. Контроль над тренировочными и соревновательными нагрузками, над спортивной тактикой	10	2	2	6
	2.4. Статистическая обработка результатов исследования	10		2	8

	2.5.Контрольная работа № 2 Тема: Метрологические основы комплексного контроля.	2		2	
	Итого:	108	16	38	54

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

В течение семестра студенты выполняют и защищают расчетно-графическую работу, лабораторные работы, что является обязательным условием допуска студента к зачету. Итоговый контроль (зачет) проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты и решением задач по заданиям.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Езерский В. В. Основные понятия теории вероятностей и математической статистики : учебно-справ. пособие / В.В. Езерский. Омск : СибГУФК, 2007. – 352 с.
2. Коренберг В.Б. Спортивная метрология: Словарь-справочник: Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – 340 с.
3. Начинская С.В. Спортивная метрология: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования. – 3-е изд. испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2011. – 240 с.
4. Спортивная метрология: учебник /В.Б. Коренберг. – М.: Физическая культура, 2008. – 368 с.
5. Спортивная метрология: учебное пособие для студ. вузов / С.В. Начинская. - М.: Академия, 2005. - 240с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Гмурман В.Е. Теория вероятностей и математическая статистика. – М.: Высшая школа, 2005. – 479 с.
2. Шестаков М.П. Статистика. Обработка спортивных данных на компьютере : учебное пособие для студентов высших учебных заведений физической культуры / М.П. Шестаков. – М.: ТВТ Дивизион 2009. – 248 с.

3.21. **(а)** Рабочая программа дисциплины «Спортивная морфология» основной образовательной программы направления подготовки 034300 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* – адаптивное физическое воспитание

степень - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Попов Владимир Анатольевич, к.п.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины: дать студентам необходимые знания о специфике реакций организма человека на физические нагрузки, закономерностях его биологического и социального развития, функциональных возможностях организма различного пола и возраста, раскрыть сущность наследуемых структур и фенотипических особенностей, которые послужат основой новых направлений в учебно-воспитательной, лечебно-профилактической, спортивно-тренировочной работе.

Задачи дисциплины

Формировать понятия о зависимости строения органов и систем организма от выполняемых ими физических нагрузок на разных этапах онтогенеза; формировать стремление к самопознанию взаимодействия регуляторных, исполнительных и обеспечивающих органов и систем собственного организма; способствовать развитию научного мышления студентов; развивать умения самостоятельной работы с учебными пособиями и другой литературой; подготовка студентов к освоению последующих смежных дисциплин медико-биологического цикла.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина (по выбору) «Спортивная морфология» (альтернатива) относится к вариативной части математического и естественнонаучного цикла.

Дисциплина «Спортивная морфология» являясь самостоятельным учебным материалом, изучается студентами 3-го курса в 5-ом семестре.

Учебная работа (108 часов) из них лекционный курс в объеме 16 часов, практических занятий – 38 часов, самостоятельная работа – 54 часа.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-14; ПК- 3; ПК-24; ПК- 36; ПК-37; ПК-38.

В результате освоения дисциплины студент должен

Знать: анатомо-морфологическую целостность организма человека и взаимоотношения органов друг с другом при выполнении различных физических нагрузок; возрастные изменения, происходящие в органах и системах; специальные методы исследований и специфические термины; основные закономерности адаптации человека к изменяющейся внешней среде (физическим упражнениям).

Уметь: правильно оценивать изменения в организме, связанные с систематическими тренировками у лиц разного возраста и варианта развития; показывать проекцию органов на поверхности тела; показывать оси и правильно выполнять движения вокруг них в суставах; обосновывать с морфологической точки зрения комплексы оздоровительных спортивных упражнений.

Владеть: анатомической терминологией; методами исследований используемых в спортивной морфологии; опытом правильно оценивать соматотипические типы с использованием субъективных и объективных методов обследования лиц различного пола и возраста.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Спортивная морфология» содержит разделы:

Раздел 1. Введение в курс спортивной морфологии. Общеоретические основы адаптации организма спортсмена. Восстановительные и приспособительные реакции при физических нагрузках.

Раздел 2. Понятие об общей и частной спортивной морфологии. Методы и приборы исследования в спортивной морфологии.

Раздел 3. Учение об опорно-двигательном аппарате (костно-мышечный аппарат). Морфофункциональные изменения под действием умеренных и субмаксимальных физических нагрузок.

Раздел 4. Учение о внутренних органах. Морфофункциональные изменения под действием умеренных и субмаксимальных физических нагрузок.

Раздел 5. Учение о нервной системе. Морфофункциональные изменения под действием умеренных и субмаксимальных физических нагрузок.

Раздел 6. Учение об органах чувств. Морфофункциональные изменения под действием умеренных и субмаксимальных физических нагрузок.

Раздел 7. Учение о железах внутренней секреции. Морфофункциональные изменения под действием умеренных и субмаксимальных физических нагрузок.

Раздел 8. Спортивный отбор и его проблемы. Возрастные изменения в организме человека (геронтология). Формы и методы отбора спортсменов различной квалификации в различных видах спорта.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Место спортивной морфологии среди медико-биологических дисциплин.
2. Учебные и научные задачи спортивной морфологии.
3. Спортивная морфология, как наука и ее развитие.
4. Спортивная морфология, как учебная дисциплина.
5. Организм и его основные функциональные системы, их особенности и взаимосвязь.
6. Возрастная спортивная морфология, ее цели, задачи, объект изучения.
7. Костная система, как объект изучения спортивной морфологии.
8. Методы изучения костной системы у спортсмена.
9. Компенсаторно-приспособительная реакция костного аппарата на физические нагрузки.
10. Общий план строения мышечной системы. Основные функциональные группы.
11. Изменение свойств мышц под влиянием тренировочных нагрузок.
12. Реакция нервной системы на физические нагрузки.
13. Реакция эндокринной системы на физические нагрузки.
14. Реакция сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку.
15. Адаптация внутренних органов.
16. Взаимосвязи исполнительных органов с системами обеспечения.
17. Конституция человека и методы ее определения.
18. Соматический тип, его определение и роль в процессе отбора и ориентации в видах спорта.
19. Методы спортивного отбора. Морфофункциональные критерии отбора.
20. Варианты спортивного отбора в игровых видах спорта.
21. Принципы спортивного отбора для спортивных единоборств.
22. Принципы спортивного отбора для зимних и технических видов спорта.
23. Варианты спортивного отбора в массовых видах спорта.
24. Определение на живом человеке выраженности жировой и мышечной массы (инструменты, формулы).
25. Биологическая зрелость и вариант биологического развития, соматическая оценка (методы).

Примерная тематика рефератов

Тематика рефератов по направлению: «Спортивная морфология».

Тема реферата определяется видом спорта, в котором он совершенствуется. При написании реферата, студент должен осветить следующие вопросы: 1. Мотив, побудивший к изучению рассматриваемой проблемы. 2. Место, средства, методы «спортивной морфологии» в изучении данной проблемы. 3. Организм как единое целое в решении поставленной проблемы. 4. Возрастные и половые особенности спортсмена. 5. Структура опорно-двигательного аппарата. 6. Адаптация организма спортсмена (систем управления, обеспечения и исполнения) к физическим нагрузкам.

Перечень вопросов к зачёту

1. Место спортивной морфологии среди медико-биологических дисциплин.
2. Цель и задачи спортивной морфологии.
3. Спортивная морфология, как наука и ее развитие.
4. Спортивная морфология, как учебная дисциплина.
5. Организм и его основные функциональные системы, их особенности и взаимосвязь.
6. Возрастная спортивная морфология, ее цели, задачи, объект изучения.
7. Костная система, как объект изучения спортивной морфологии.
8. Методы изучения костной системы у спортсмена.
9. Компенсаторно-приспособительная реакция костного аппарата на физические нагрузки.
10. Общий план строения мышечной системы. Основные функциональные группы.
11. Изменение свойств мышц под влиянием тренировочных нагрузок.
12. Адаптация нервной системы к физическим нагрузкам.
13. Адаптация эндокринной системы к физическим нагрузкам.
14. Адаптация сердечно-сосудистой системы к физическим нагрузкам.
15. Адаптация внутренних органов.
16. Взаимосвязи исполнительных органов с системами обеспечения.
17. Конституция человека и методы ее определения.
18. Соматический тип, его определение и роль в процессе отбора и ориентации в видах спорта.
19. Методы спортивного отбора. Морфофункциональные критерии отбора.
20. Принципы спортивного отбора в игровых видах спорта.
21. Принципы спортивного отбора для спортивных единоборств.
22. Принципы спортивного отбора для зимних и технических видов спорта.
23. Принципы спортивного отбора в массовых видах спорта.
24. Определение на живом человеке выраженности жировой и мышечной массы (инструменты, формулы).
25. Варианты оценки биологического развития, биологическая зрелость и, соматическая оценка (методы).

Разделы вопросов на проверку умений и навыков:

1. Объясните, в чем причина изменения функционирования внутренних органов (пищеварительной, сердечнососудистой и дыхательной систем) в результате занятия физическими упражнениями.
2. В чем проявляется у спортсмена генотипическая и фенотипическая форма адаптации? (примеры).
3. Этапы и форма отбора в группу новичков (собственный вид спорта).
4. Форма и методы отбора среди ведущих спортсменов (собственный вид спорта).

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучени я	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самост оатель ная
			Лекции	Практичес кие	

				занятия	работа
Раздел 1. Введение в курс спортивной морфологии. Общетеоретические основы адаптации организма спортсмена. Восстановительные и приспособительные реакции при физических нагрузках.					
Третий	Тема 1.1. Введение в спортивную морфологию. Адаптация организма к внешней среде.	10	2	4	4
Раздел 2. Понятие об общей и частной спортивной морфологии. Методы и приборы исследования в спортивной морфологии					
Третий	Тема 2.1. Понятие о спортивной морфологии.	10	2	4	4
Раздел 3. Учение об опорно-двигательном аппарате (костно-мышечный аппарат). Морфофункциональные изменения под действием умеренных и субмаксимальных физических нагрузок					
Третий	Тема 3.1. Опорно-двигательный аппарат спортсмена. Морфофункциональные изменения.	10	2	4	4
Раздел 4. Учение о внутренних органах. Морфофункциональные изменения под действием умеренных и субмаксимальных физических нагрузок					
Третий	Тема 4. 1. Реакция внутренних органов на воздействие внешней среды.	10	2	4	4
Раздел 5. Учение о нервной системе. Морфофункциональные изменения под действием умеренных и субмаксимальных физических нагрузок.					
Третий	Тема 5.1. Воздействие физических упражнений на нервную систему.	16	2	5+1	8
Раздел 6. Учение об органах чувств. Морфофункциональные изменения под действием умеренных и субмаксимальных физических нагрузок.					
Третий	Тема 6. 1. Воздействие физических упражнений на органы чувств.	16	2	6	8
Раздел 7. Учение о железах внутренней секреции. Морфофункциональные изменения под действием умеренных и субмаксимальных физических нагрузок.					
Третий	Тема 7. 1. Воздействие физических упражнений на гормональную систему.	16	2	6	8
Раздел 8. Спортивный отбор и его проблемы. Возрастные изменения в организме человека (геронтология). Формы и методы отбора спортсменов различной квалификации в различных видах спорта.					
Третий	Тема 8. 1. Роль возрастных изменений в системе отбора перспективных спортсменов. Восстановительные и реабилитационные мероприятия при физических нагрузках.	12	2	3+1	6
	Реферат на тему: Цель, задачи, сред спортивной морфологии в избранном виде спо (8 часов).	8	-	-	8
	Итого	108	16	38	54

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения в пятого семестра завершается ЗАЧЕТОМ, проводимым в форме ответов на вопросы (собеседования) и демонстрацию ряда умений и навыков.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Дорохов Р. Н., Сулимов А. А. Современные аспекты спортивной морфологии. Учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры. – Смоленск, 2008. – 140с.
2. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека: Учебник для институтов физической культуры/ Под редакцией Б. А. Никитюка, А.А.Гладышевой, Ф.В.Судзиловского.-М:Тера-Спорт, 2003.-624 с.
3. Лысов П.К. Анатомия (с основами спортивной морфологии): учебник / П.К. Лысов, Д.Б. Никитюк, М.Р. Сапин. - М.: Медицина, 2003. - Т.2 . - 416с
4. Новиков Г. И., Попов В. А., Новиков П. Г. Возрастная морфология (монография)/ Г.И. Новиков, В.А. Попов, П. Г. Новиков. – Псков-Великие Луки, 2003. – 193 с.
5. Сапин М. Р. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма): учеб. для студ. образоват. учреждений сред. проф. образования/ М. Р. Сапин, В. И. Сивоглазов. – 8-е изд.стер. – М.: Академия, 2011. – 384 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Лысов П.К. Анатомия (с основами спортивной морфологии): учебник / П.К. Лысов, Д.Б. Никитюк, М.Р. Сапин. - М.: Медицина, 2003. - Т.1 . - 344с.
2. Лысов П.К. Практикум по анатомии (с основами спортивной морфологии) / П.К. Лысов, Т.И. Вихрук, М.Г. Ткачук. - М., 2005. - Ч.2 . - 118с.
3. Лысов П.К. Практикум по анатомии (с основами спортивной морфологии) / П.К. Лысов, Т.И. Вихрук, М.Г. Ткачук. - М., 2005. - Ч.1 . - 76с.
4. Новиков Г. И., Попов В. А., Новиков П. Г. Возрастная морфология (монография)/ Г.И. Новиков, В.А. Попов, П. Г. Новиков. – Псков-Великие Луки, 2003. – 193 с.

3.22. Рабочая программа дисциплины «Анатомия человека» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание
 степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Попов Владимир Анатольевич, к.п.н., доцент кафедры физиологии и спортивной медицины.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины - создать целостное представление об анатомо-морфологическом строении организма человека и использовании его особенностей в адаптивной физической культуре; раскрыть общие и частные особенности динамической анатомии, используемые в адаптивной физической культуре; осветить механизмы адаптации организма к физическим нагрузкам и тем самым способствовать становлению современного специалиста по адаптивной физической культуре.

Задачи дисциплины:

- Расширить общебиологическую подготовку будущих специалистов по адаптивной физической культуре.
- Дать глубокие знания по теоретической и функциональной анатомии опорно-двигательного аппарата, систем обеспечения и регуляции организма человека на всех уровнях его организации.

Место дисциплины в структуре ООП

- Дисциплина «Анатомия человека» относится к базовой части профессионального цикла (БЗ) в структуре ООП.
- «Анатомия человека» является фундаментальной, теоретической дисциплиной в курсе медико-биологической подготовки специалистов в области физической культуры.
- Для освоения данной дисциплины необходимы знания в области естественнонаучных основ физической культуры и биохимии.
- Курс «Анатомия человека» является основой для изучения таких дисциплин, как биомеханика двигательной деятельности, физиология человека, гигиена физкультурно-спортивной деятельности, психология, теория и методика обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности, теория и методика избранного вида спорта, безопасность жизнедеятельности с основами медицинских знаний.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-3; ОК-12; ПК-1; ПК-2; ПК-3; ПК-4; ПК-5; ПК-6; ПК-7; ПК-8; ПК-14; ПК-18; ПК-22; ПК-24; ПК-28; ПК-29; ПК-36; ПК-37; ПК-38.

В результате формирования компетенции студент должен:

Знать: методы анатомических исследований и анатомические термины, анатомическое строение и функцию органов, систем и аппаратов органов, детали их строения; взаимоотношения органов друг с другом; закономерности роста и развития организма.

Уметь: находить и показывать на анатомических препаратах органы, их части, детали строения, правильно их называть; показывать проекцию органов на поверхности тела; показывать оси и правильно выполнять движения вокруг них в суставах; проводить анатомический анализ статических положений и движений спортсмена, обосновывать с анатомической точки зрения целесообразность и пользу того или иного упражнения, анализировать особенности дыхания, работу мышц, влияние анализируемого упражнения на опорно-двигательный аппарат.

Владеть: анатомической терминологией; методами анатомических исследований; опытом проведения анатомического анализа положений и движений спортсмена.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Анатомия человека» содержит разделы:

Раздел 1. Введение в анатомию.

Раздел 2. Учение о костях и их соединениях.

Раздел 3. Учение о мышцах.

Раздел 4. Общая и частная динамическая морфология

Раздел 5. Основные закономерности адаптации человека к изменяющейся внешней среде.

Раздел 6. Использование в адаптивной физической культуре анатомо-морфологических особенностей строения организма человека.

Раздел 7. Учение о внутренних органах.

Раздел 8. Учение о сердечнососудистой системе.

Раздел 9. Учение о нервной системе.

Раздел 10. Учение об органах чувств.

Раздел 11. Учение о железах внутренней секреции

Раздел 12. Морфологическое обеспечение массовой физической культуры и спорта (спортивная морфология).

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

Для студентов первого курса (1 семестр)

1. Какие отличительные особенности имеют клетки растительного и животного происхождения?
2. Какие различают виды мышечной ткани?
3. Каким образом из одной оплодотворенной яйцеклетки формируются разнообразные виды тканей?
4. Костеобразующие и костеразрушающие элементы кости.
5. Какие существуют виды соединения костей?
6. Факторы, обуславливающие образования различных костных наростов на костях.
7. Причина непрерывного костного соединения позвонков крестца?
8. Особенность в соединении костей черепа.
9. Особенность в управлении гладкой и поперечно-полосатой мышечной тканью?
10. В чем проявляется единство деятельности мышц опорно-двигательного аппарата?
11. Особенность деятельности гладкой и поперечно-полосатой мышечной ткани?
12. Последовательность включения внешних и внутренних сил для выполнения первого шага?
13. Какие мышцы выполняют наклон туловища в разные стороны?
14. Какие мышцы участвуют в сгибании и разгибании конечностей?

Для студентов первого курса (II семестр)

1. Роль клыков, резцов и коренных зубов в разрывании и откусывании пищи.
2. Какие мышцы участвуют в пережевывании пищи?
3. В чем особенность восприятия вкуса пищи во рту?
4. Каким образом большой кусок проходит по пищеводу?
5. В чем заключается роль привратника?
6. Сфинктеры пищеварительной системы.
7. Где происходит процесс брожения в пищеварительной системе?
8. Зачем в прямой кишке два сфинктера, управляемых произвольно и непроизвольно?
9. Что происходит с глоткой, когда мы едим и пытаемся разговаривать?
10. Что происходит с трахеей, когда по пищеводу проходит большой кусок?
11. Почему не «вытаскиваются» бронхи из легких при глотании слюны?
12. Почему тяжело дышать (выполнять вдох и выдох), когда переел?

13. Что значит «чревовещание»?
14. Почему мочеточники соединяются с мочевым пузырем в районе мочепузырного треугольника, а не в верхушке мочевого пузыря?
15. Каким образом жидкость из пищеварительной системы попадает в мочевой пузырь?
16. Каким образом можно различить при сосудистом ранении вену, артерию, капилляры?
17. Почему скелетную мускулатуру называют вторым сердцем?
18. Каким образом происходит «переброс» артериальной крови в венозное русло?
19. Почему сердечнососудистую систему называют закрытой, а лимфатическую систему – открытой?
20. Чем руководствовалась природа, разделяя головной мозг на два полушария?
21. От чего зависят умственные возможности человека?
22. Чем отличается кора головного мозга человека, занимающегося физическим и умственным трудом?
23. Почему нервы черепа называются черепно-мозговыми?
24. Что значит корковое и подкорковое восприятие окружающей среды?
25. Зачем к одному и тому же органу «подходят» симпатические и парасимпатические нервы?
26. Зачем природа большинство органов чувств поместила симметрично на голове?
27. Каким образом проявляется связь органов чувств с деятельностью внутренних органов?
28. Генотипическая форма адаптации организма к окружающей среде.
29. Фенотипическая адаптация органов и систем исполнения, управления, обеспечения.

Примерная тематика рефератов

Тематика рефератов:

«Анатомический анализ положения или движения тела»

1. Анатомический анализ положения или движения тела в коньковом ходе лыжника.
2. Анатомический анализ положения или движения тела бега на короткие дистанции.
3. Анатомический анализ положения или движения тела бега на средние дистанции.
4. Анатомический анализ положения или движения тела старте в беге на короткие дистанции.
5. Анатомический анализ положения или движения тела при финишировании в беге на короткие дистанции.
6. Анатомический анализ положения или движения тела в прыжках в длину с места или с разбега.
7. Анатомический анализ положения или движения тела в метании копья (финальное усилие).
8. Анатомический анализ положения или движения тела в толкании ядра (финальное усилие).
9. Анатомический анализ положения или движения тела в положении «гимнастический мост».
10. Анатомический анализ положения или движения тела при выполнении блока в волейболе.
11. Анатомический анализ положения или движения тела в стойке баскетболиста.
12. Анатомический анализ положения или движения тела в упоре на параллельных брусьях.
13. Анатомический анализ положения или движения тела в спортивной ходьбе.
14. Анатомический анализ положения или движения тела в положении «гимнастический крест».
15. Анатомический анализ положения или движения тела в висе на кольцах, прогнувшись.
16. Анатомический анализ положения или движения тела в висе на прямых руках.
17. Анатомический анализ положения или движения тела в стойке на кистях.

18. Анатомический анализ положения или движения тела в беге футболиста.
19. Анатомический анализ положения или движения тела при ударе мяча футболиста.
20. Анатомический анализ положения или движения тела при блокировании в волейболе.
21. Анатомический анализ положения или движения тела при ловле мяча в футболе.
22. Анатомический анализ положения или движения тела при прыжке баскетболиста.
23. Анатомический анализ положения или движения тела в ходьбе.
24. Анатомический анализ положения или движения тела в висе на прямых руках на кольцах.
25. Анатомический анализ положения или движения тела в беге с ведением мяча.
26. Анатомический анализ положения или движения тела велосипедиста.
27. Анатомический анализ положения или движения тела в висе на кольцах, прогнувшись.
28. Анатомический анализ положения или движения тела при педалировании на велосипеде.
29. Анатомический анализ положения или движения тела в барьерном беге.
30. Анатомический анализ положения или движения тела в тройном прыжке.
31. Анатомический анализ положения или движения тела в попеременном двухшажном ходе на лыжах.

Перечень вопросов к экзамену по АНАТОМИИ ЧЕЛОВЕКА, 1 семестр

Раздел вопросов на проверку знаний:

1. Современные представления о строении клетки.
2. Общая характеристика и классификация тканей.
3. Макромикроскопическое строение костей.
4. Классификация костей по форме, строению (примеры). Химический состав костей.
5. Виды соединения костей и их классификация. Примеры соединений.
6. Обязательные элементы и вспомогательный аппарат суставов. Классификация суставов по строению, форме, осям движения (примеры).
7. Строение мышц. Строение мышечного волокна.
8. Вспомогательный аппарат мышц. Состояние мышц, мышечный тонус.
9. Анатомический и физиологический поперечники мышц. Абсолютная и относительная сила мышц.
10. Работа мышц. Мышцы антагонисты и синергисты. Примеры рычагов в двигательном аппарате человека.
11. Строение и функция черепа. Крепление черепа к туловищу.
12. Строение и функция скелета туловища. Типовое строение позвонка.
13. Строение и функция скелета верхних конечностей.
14. Строение и функция скелета нижних конечностей.
15. Связки, обеспечивающие соединение костей черепа с позвоночным столбом.
16. Связочный аппарат костей скелета туловища.
17. Связки скелета верхних конечностей.
18. Связки скелета нижних конечностей.
19. Мышцы мозговой и лицевой частей черепа.
20. Мышцы, обеспечивающие движение туловища вокруг фронтальной оси.
21. Мышцы, обеспечивающие движение туловища вокруг сагиттальной оси.
22. Мышцы, обеспечивающие движение туловища вокруг вертикальной оси.
23. Механизм дыхания. Мышцы обеспечивающие выполнять вдох и выдох с различной интенсивностью.
24. Мышцы, обеспечивающие движение в поясе верхних конечностей (пример по заданию преподавателя).

25. Мышцы, обеспечивающие движение в свободной верхней конечности (в суставе по заданию преподавателя).
26. Мышцы, обеспечивающие движение в свободной нижней конечности (в суставе по заданию преподавателя).
27. Мышцы, обеспечивающие движение в височно-нижнечелюстном суставе.
28. Мышцы брюшного пресса, слабые места передней брюшной стенки.
29. Дать понятие об ОЦМ, площади опоры, угла устойчивости. Классификация движений.
30. Последовательность сил действующих на организм человека при движении (пример).

Раздел вопросов на проверку умений и навыков:

1. Объяснить, как влияет на устойчивость тела то или иное его положение при взаимодействии с опорной поверхностью.
2. Показать положение антропометрической стойки, и объяснить, какие мышцы способствуют её поддержанию.
3. Показать положение упора лежа (с опорой на стол). Мышцы, обеспечивающие упор.
4. Анатомическая характеристика «Спокойной» стойки.
5. Анатомическая характеристика стойки по команде «Смирно».
6. Анатомическая характеристика и работа мышц при ходьбе.
7. Анатомическая характеристика и работа мышц при беге.
8. Анатомическая характеристика «Выпада».
9. Написать программу последовательной работы мышечных групп по команде «Встать со стула» – стопы за площадью опоры.
10. Написать программу последовательной работы мышечных групп по команде «Сесть на стул» - стоя к нему спиной.
11. Написать программу последовательных воздействий внешних и внутренних сил при глубоком наклоне туловища вперед.
12. Написать программу последовательных воздействий внешних и внутренних сил при выполнении первого шага из «Спокойной» стойки.

Перечень вопросов к экзамену по АНАТОМИИ ЧЕЛОВЕКА, 2 семестр.

1. Анатомическая характеристика строения и функциональное значение органов пищеварения.
2. Ротовая полость (топография, строение, функция, кровоснабжение, иннервация).
3. Пищевод (топография, строение, функция, кровоснабжение, иннервация).
4. Желудок (топография, строение, функция, кровоснабжение, иннервация).
5. Тонкая кишка (топография, строение, функция, кровоснабжение, иннервация).
6. Толстый кишечник (топография, строение, функция, кровоснабжение, иннервация).
7. Пищеварительные железы и лимфоидные образования пищеварительной системы.
8. Брюшина, крепление органов пищеварения.
9. Средостение (топография, строение, органы находящиеся в нём).
10. Общий план строения сердечнососудистой системы. Строение артерий, вен и капилляров.
11. Круги кровообращения и их функциональное значение.
12. Сердце (топография, строение, функция, кровоснабжение, иннервация).
13. Аорта. Область кровоснабжения артерий отходящих от неё.
14. Система верхней поллой вены.
15. Система нижней поллой вены.
16. Система воротной вены.
17. Артерии верхних конечностей.
18. Вены верхних конечностей (глубокие и поверхностные).
19. Артерии нижних конечностей.
20. Вены нижних конечностей (поверхностные и внутренние).
21. Дыхательная система (топография, строение, функция).

22. Воздухоносные пути. Строение носовой полости, глотки, гортани (топография, строение, функция, кровоснабжение, иннервация).
23. Ацинус. Легкие (топография, строение, функция, кровоснабжение, иннервация).
24. Печень (топография, строение, функция, кровоснабжение, иннервация). Строение печеночной долики.
25. Мочевыделительная система (топография, строение, функция, кровоснабжение, иннервация).
26. Почки (топография, строение, функция, кровоснабжение, иннервация). Строение нефрона.
27. Лимфатическая система (топография, строение, функция, кровоснабжение, иннервация). Основные сосуды и узлы.
28. Строение женских половых органов.
29. Строение мужских половых органов.
30. Строение нервной ткани. Строение нервной системы. Строение 2-х и 3-х нейронной рефлекторной дуги.
31. Спинной мозг. Строение сегмента спинного мозга. Оболочки спинного мозга.
32. Головной мозг (топография, строение, функция, кровоснабжение). Строение стволовой части головного мозга.
33. Кора больших полушарий (топография, строение, функция, кровоснабжение). Локализация корковых центров.
34. Продолговатый мозг, задний мозг (топография, строение, функция).
35. Средний мозг, промежуточный мозг (топография, строение, функция).
36. Строение конечного мозга (базальные ядра, боковые желудочки, оболочки).
37. Группы черепно-мозговых нервов (местоположение центров и мест иннервации).
38. Вегетативная нервная система и её функция. Отделы, центры, узлы.
39. Проводящие пути ЦНС. Ассоциативные, комиссуральные, проекционные.
40. Спиноталамический проводящий путь (нейроны, функция).
41. Восходящий бессознательный проприоцептивные проводящие пути (нейроны функция).
42. Нисходящие проекционные проводящие сознательные пути (нейроны, функция).
43. Железы. Классификация. Железы внешней и внутренней секреции (топография, строение, функция).
44. Железы смешанной секреции (топография, строение, функция). Гормоны и их влияние на организм.
45. Органы чувств (зрение, обоняние, вкус) (топография, строение, функция, кровоснабжение, иннервация).
46. Органы чувств (слух, осязание) (топография, строение, функция, кровоснабжение, иннервация).
47. Органы иммуногенеза. Иммунодефицит.
48. Организм и его основные компоненты. Органы исполнения, регуляции и обеспечения.
49. Понятие об адаптации. Общетеоретические основы учения об адаптации.
50. Морфологические предпосылки отбора в спорте.

Раздел вопросов на проверку умений и навыков:

1. Анатомо-морфологические изменения в опорно-двигательном аппарате в результате воздействия на него физических упражнений.
2. Анатомо-морфологические изменения в сердечнососудистой системе в результате воздействия на неё физических упражнений.

3. Анатомо-морфологические изменения во внутренних органах в результате воздействия на организм физических упражнений.
4. Анатомо-морфологические изменения в дыхательном аппарате в результате воздействия на него физических упражнений.
5. Анатомо-морфологические отличия спортсменов склонных к видам на выносливость и к видам скоростно-силового характера.
6. Морфологические предпосылки отбора в спорте (по виду специализации).

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения (семестр)	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
Раздел 1. Введение в анатомию.					
Первый	Тема. Введение в анатомию человека	10	2	4	4
Раздел 2. Учение о костях и их соединениях					
Первый	Тема. Опорный аппарат. Контрольная работа № 1.	28	4	12	12
Раздел 3. Учение о мышцах.					
Первый	Тема. Мышечная система. Контрольная работа № 2.	28	4	8	16
Раздел 4. Общая и частная динамическая морфология					
Первый	Тема. Общая и частная динамическая морфология	24	4	4	16
Раздел 5. Основные закономерности адаптации человека к изменяющейся внешней среде					
Первый	Тема Классификация видов и уровней адаптации	8	2	2	4
	Тема. Взаимосвязь органов и систем организма при взаимодействии их с внешней средой	6	2	2	2
Раздел 6. Использование в занятиях по физической культуре анатомо-морфологических особенностей строения организма человека.					
Первый	Тема. Адаптивная физическая культура как основа здорового образа жизни.	6	2	2	2
	Тема. Анатомо-морфологические предпосылки для занятий адаптивной физической культурой	8	2	2	4
Раздел 7. Учение о внутренних органах.					
Второй	Тема. Внутренние органы	16	4	4	8

Раздел 8 Учение о сердечнососудистой системе.					
<i>Второй</i>	Тема. Строение и функция сердечно-сосудистой системой. Контрольная работа № 3.	18	4	6	8
Раздел 9 Учение о нервной системе.					
<i>Второй</i>	Тема. Центральная и периферическая нервная система	22	4	8	10
Раздел 10. Учение об органах чувств.					
<i>Второй</i>	Тема. Органы чувств – система восприятия раздражителей внешней среды. Контрольная работа № 4	16	2	4	10
Раздел 11 Учение о железах внутренней секреции					
<i>Второй</i>	Тема. Внешние, внутренние, смешанные железы организма.	6	2	2	2
Раздел 12 Морфологическое обеспечение массовой физической культуры и спорта (спортивная морфология).					
<i>Второй</i>	Тема. Анатомо-морфологические предпосылки для занятий физической культурой и спортом.	20	2	8	10
	Итого:	216	40	68	108

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения в первом и втором семестрах завершается ЭКЗАМЕНОМ, проводимым в форме ответов на вопросы (собеседования) и демонстрацию ряда умений и навыков.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека: Учебник для институтов физической культуры/ Под редакцией Б. А. Никитюка, А.А.Гладышевой, Ф.В.Судзиловского.-М:Тера-Спорт,2003.-624 с.
2. Лысов П.К. Анатомия (с основами спортивной морфологии): учебник / П.К. Лысов, Д.Б. Никитюк, М.Р. Сапин. - М.: Медицина, 2003. - Т.2. - 416с.
3. Лысов П. К. Анатомия (с основами спортивной морфологии): учеб.для студ.физкультурных вузов / П. К. Лысов, М. Р. Сапин. – Т.1. – М.: Академия, 2010. – 320 с.
4. Лысов П. К. Анатомия (с основами спортивной морфологии): учеб.для студ.физкультурных вузов / П. К. Лысов, М. Р. Сапин. – Т.1. – М.: Академия, 2010. – 320 с.
5. Корнякова В. В. Возрастная анатомия: учеб. пособие / В. В. Корякова. –Омск; СибГУФК, 2005. – 56 с.
6. Ткачук М, Г. Анатомия; учеб.для студ. Вузов /М. Г. Ткачук, И. А. Степаник. – М.: Советский спорт, 2010. - 392 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Воробьев В.П. Большой атлас анатомии человека / В.П. Воробьев. - Минск: Харвест, 2003. - 1312с.

2. Лысов П.К. Анатомия (с основами спортивной морфологии): учебник / П.К. Лысов, Д.Б. Никитюк, М.Р. Сапин. - М.: Медицина, 2003. - Т.1 . - 344с.
3. Лысов П.К. Практикум по анатомии (с основами спортивной морфологии) / П.К. Лысов, Т.И. Вихрук, М.Г. Ткачук. - М., 2005. - Ч.2 . - 118с.
4. Лысов П.К. Практикум по анатомии (с основами спортивной морфологии) / П.К. Лысов, Т.И. Вихрук, М.Г. Ткачук. - М., 2005. - Ч.1 . - 76с.
5. Попов В. А. Устойчивость двигательной системы человека / В. А. Попов Великолукская гос. акад. Физ.культуры и спорта. – Великие Луки, 2008. – 84 с.
6. Попов В. А. Анатомия движения/ В. А. Попов Великолукская гос. акад. Физ.культуры и спорта. – Великие Луки, 2008. – 172 с.

3.23. Рабочая программа дисциплины «Физиология человека» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения - очная

Автор-разработчик: Михайлова Е. А., кандидат биологических наук

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Сформировать знания о функционировании органов, систем органов и организма в целом в условиях покоя и различных видах деятельности.

Задачи дисциплины

Ознакомить студентов с закономерностями деятельности организма; физиологическими процессами и механизмами, обеспечивающими деятельность различных органов и систем. Создать представления об организме как единой функциональной системе, в своей деятельности направленной на сохранение индивидуума в изменяющихся условиях среды обитания. Ознакомить студентов с методиками исследования функционального состояния различных систем организма человека. Привить умения и навыки, необходимые для использования физиологических знаний в процессе практической работы; развить способность использовать полученные знания при изучении теоретических и практических дисциплин.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Физиология человека относится к базовой части профессионального цикла. Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися на дисциплинах: естественнонаучные основы физической культуры и спорта, анатомия человека, биохимия человека. Дисциплина обеспечивает изучение дисциплин: физиология спорта, теория и методика избранного вида спорта. Рабочая программа дисциплины «Физиология человека» имеет трудоемкость равную 6 зачетным единицам.

Учебная работа (108 часов) проводится в виде аудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий по физиологии являются лекции и практические занятия. На лекционных занятиях излагается наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях обеспечивается возможность овладения студентами практическими навыками оценки функционального состояния систем и организма в целом. С этой целью аудитории оснащены специальным инструментарием и аппаратурой.

Внеаудиторная работа (108 часов) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной, научно-методической и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-4, ОК-5, ПК-17, ПК-21, ПК-24, ПК-27

В результате освоения дисциплины студенты должны:

- **знать** основные механизмы деятельности различных органов и систем организма человека в покое и при мышечной работе; основные термины и понятия; нормативные величины; причинно-следственные взаимосвязи между различными явлениями в организме.
- **уметь** измерять основные физиологические параметры в покое и в различных состояниях организма; анализировать полученную информацию и делать выводы; прогнозировать динамику ее изменений.
 - **владеть** стандартными методиками и методическими приемами по определению антропометрических, физиологических параметров индивида; методами диагностики и коррекции функционального состояния.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Дисциплина « Физиология человека» содержит разделы:

1. Введение.
2. Нервная система.
3. Интегративная деятельность нервной системы.
4. Двигательный аппарат.
5. Кровь и кровообращение.
6. Дыхание.
7. Обмен веществ и энергообеспечение.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

Для студентов второго курса

1. Классификация рецепторов и раздражителей.
2. Слуховая и вестибулярная сенсорные системы: строение, функции, механизмы функционирования.
3. Обонятельный и вкусовой анализаторы: строение, функции, механизмы функционирования.
4. Структурно-функциональные особенности соматической и вегетативной нервной системы.
5. Физиологические основы трудовой деятельности.
6. Особенности физического и умственного труда.
7. Высшие формы творческих функций мозга.
8. Роль парной деятельности и доминирования полушарий в управлении движениями. Речевая регуляция движений.
9. Влияния дополнительной и срочной информации на совершенствование двигательных навыков в процессе занятий в избранном виде спорта и оздоровительной физкультуры.

Для студентов третьего курса

1. Иммуитет как регуляторная система.
2. Групповая принадлежность крови системе АВО и резус-принадлежность. Правила переливания крови. Кровезаменители.
3. Лимфа: состав, количество, функции, физиологическое значение.
4. Особенности органного кровообращения при мышечной нагрузке, приёме пищи, беременности, при гипоксии, стрессе.
5. Кровоснабжение скелетных мышц при динамической работе и статических усилиях. Особенности индивидуальных изменений ЧСС на протяжении суток.
6. Легочная вентиляция и её компоненты в условиях покоя и при мышечной работе у людей различного уровня физической подготовленности.
7. Произвольная регуляция дыхания. Рефлексы саморегуляции дыхания.
8. Паттерн дыхания, особенности изменений частоты дыхания и дыхательного объема в покое, при физических, умственных, эмоциональных нагрузках.
9. Физиологическое обоснование лечебных диет.
10. Выделительная функция потовых желез. Влияние мышечной деятельности на функции выделения.
11. Особенности оценки суточного расхода энергии при трудовой и спортивной деятельности.
12. Значение гормонов при мышечной работе их роль в управлении обменными процессами при физических упражнениях.
13. Возрастные особенности терморегуляции.
14. Невыделительные функции кожи (барьерная, защитная, терморегуляторная и др.).

Примерная тематика рефератов

1. Морфо-функциональная перестройка сердечно-сосудистой системы и системы крови при систематических физических нагрузках.
2. Влияние систематических физических занятий на состояние кардио-респираторной системы.
3. Характеристика показателей внешнего дыхания в покое и после работы различной мощности.
4. Сдвиги и восстановление гомеостаза при различных состояниях организма и мышечной работе.
5. Роль гормонов надпочечников при адаптации к напряженным условиям деятельности, физическим нагрузкам и стрессам.
6. Особенности деятельности эндокринной системы при мышечной работе.
7. Значение деятельности сенсорных систем в спорте.
8. Физиологические основы рационального питания при занятиях спортом.
9. Стресс (общий адаптационный синдром), причины и механизмы развития, стадии. Приспособительное и патогенное значение стресс-реакции.
10. Энергетическая стоимость работы у спортсменов разных специализаций.

Перечень вопросов к экзамену

1. Основные свойства клеточной мембраны. Транспорт веществ через биологические мембраны.
2. Механизм возникновения и поддержания мембранного потенциала.
3. Потенциал действия. Механизм его возникновения и проведения по нервному волокну.
4. Законы возникновения и проведения возбуждения по нервному волокну.
5. Строение электрического синапса и механизм проведения возбуждения.
6. Строение химического синапса и механизм проведения возбуждения.
7. Особенности возбуждающих и тормозящих синапсов. Медиаторы.
8. Общий план строения и функции ЦНС.
9. Строение и функции спинного мозга.
10. Строение и функции продолговатого мозга, моста и мозжечка. Их роль в регуляции движений.
11. Строение и функции среднего мозга. Его роль в координации движений.
12. Строение и функции промежуточного мозга.
13. Подкорковые ядра, их строение и функции.
14. Строение и функции вегетативной нервной системы.
15. Лимбическая система.
16. Структурно-функциональная организация коры головного мозга.
17. Торможение в ЦНС и его механизмы. Значение торможения в регуляции физиологических функций. Виды торможения.
18. Высшая нервная деятельность. Условные и безусловные рефлексы. Классификация условных рефлексов, условия и физиологические механизмы их образования.
19. Биологическая роль условных рефлексов. Торможение условных рефлексов.
20. Процессы управления в живых системах. Теория функциональных систем П.К. Анохина.
21. Функциональная организация скелетных мышц.
22. Механизм сокращения и расслабления мышечного волокна. Теория скольжения. Роль саркоплазматического ретикулума и ионов кальция в сокращении.
23. Энергетика мышечного сокращения. Способы ресинтеза АТФ, их мощность и емкость.
24. Двигательные единицы и их классификация и функциональные особенности. Их роль в проявлении силы, скорости и выносливости.
25. Режимы и виды мышечных сокращений.

26. Общий план организации сенсорных систем.
27. Рецепторы, их значение и классификация.
28. Механизм восприятия и передачи информации в ЦНС. Сенсорная коррекция движений.
29. Зрительная сенсорная система и ее роль в регуляции движений.
30. Зрительная система как оптическая система. Механизм возникновения близорукости.
31. Слуховая сенсорная система и ее роль в регуляции движений.
32. Вестибулярная сенсорная система и ее роль в регуляции движений.
33. Строение и функции соматосенсорной системы. Проприорецепторы скелетных мышц и их роль в управлении движениями.
34. Обонятельная и вкусовая чувствительность.
35. Система крови. Функции органов и периферической крови. Депо крови. Что происходит с депонированной кровью во время физической работы разной интенсивности и продолжительности.
36. Лейкоциты: строение, количество, функции. Лейкоцитарная формула. Классификация лейкоцитов. Миогенный лейкоцитоз.
37. Эритроциты: строение, количество, функции.
38. Тромбоциты: строение, количество, функции. Физико-химические свойства плазмы.
39. Свойства сердечной мышцы. Соотношение между электрическими и механическими процессами в сердечной мышце.
40. Из каких фаз состоит сердечный цикл. Характеристика электрокардиограммы. Изменения на ЭКГ при выполнении физических упражнений.
41. Количественные показатели работы сердца: ЧСС, СО и МОК. Изменение этих показателей при работе разного характера.
42. Нервная, гуморальная регуляция работы сердца. Саморегуляция сократительной способности миокарда.
43. Максимальное, минимальное и пульсовое артериальное давление. Изменения АД при мышечной деятельности. Механизмы регуляции просвета сосудов (нервная, гуморальная регуляция и саморегуляция).
44. Функциональная характеристика сосудов. Общая схема кровообращения. Основные механизмы, обеспечивающие циркуляцию крови.
45. Общая характеристика дыхательной системы. Фазы, типы, паттерн дыхания.
46. Морфофункциональная характеристика легких. Дайте характеристику статическим объемам и емкостям легких.
47. Динамические объемы легких, от каких факторов они зависят.
48. Транспорт кислорода и углекислого газа кровью. Химический состав гемоглобина. Какие функции выполняет гемоглобин. Кислородная емкость крови.
49. Газообмен в легких. Факторы, определяющие газообмен. Обмен газов в тканях.
50. Понятие и функционирование дыхательного центра. Хеморецепторные и механорецепторные рефлексы. Защитные рефлексы при раздражении рецепторов верхних дыхательных путей.
51. Методы исследования ДС (спирометрия, пневмотахометрия, газоанализ, др.)
52. МПК и его значение в оценке функциональной подготовленности спортсменов.
53. Пищеварение в ротовой полости. Фазы выделения слюны и ее состав.
54. Пищеварение в желудке. Фазы выделения и состав желудочного сока.
55. Поджелудочная железа и ее значение в пищеварении. Нервные и гуморальные влияния на выделение сока поджелудочной железы.
56. Печень и ее функции. Желчь и ее значение для пищеварения. Нервные и гуморальные влияния на желчеотделение.
57. Пищеварение в толстом и тонком кишечнике.
58. Обмен жиров и его регуляция.
59. Обмен белков, азотистый баланс, регуляция белкового обмена.

60. Обмен углеводов, превращение углеводов в организме и их значение при мышечной работе. Регуляция углеводного обмена.
61. Обмен энергии. Дыхательный коэффициент. Калорические эквиваленты основных энергетических веществ.
62. Методы определения расхода энергии.
63. Основной и добавочный обмен. Факторы, влияющие на величину основного и добавочного обмена.
64. Надпочечники и их функции. Стресс, стадии стрессовой реакции.
65. Половые железы и их функции. Функции щитовидной железы, околощитовидной железы.
66. Вилочковая железа, эпифиз, гипофиз и их функции.
67. Физическая работоспособность в условиях повышенной и пониженной температуры.
68. Терморегуляция: химическое теплопроизводство и физическая теплоотдача. Температура «ядра» и «оболочки» тела.
69. Теплообмен при мышечной работе и влияние на него температуры и влажности воздуха.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
Раздел 1. Введение					
Второй	Тема 1.1. Предмет и история физиологии	8	2	2	4
	Раздел 2. Нервная система				
	Тема 2.1. физиология возбудимых тканей.	8	2	2	4
	Тема 2.2. Физиология центральной нервной системы	20	6	6	8
	Раздел 3. Интегративная деятельность нервной системы				
	Тема 3.1. Общая характеристика деятельности сенсорных систем	10	2	2	8
	Тема 3.2. Роль высшей нервной деятельности в адаптации организма к изменяющимся условиям среды.	18	4	6	8
	Раздел 4. Двигательный аппарат				
	Тема 4.1. функциональная организация скелетных мышц.	16	4	6	8
	Тема 4.2 Механизм и энергетика мышечного сокращения.	8	2	2	6
	Тема 4.3. . Основные методы исследования нервно-мышечного аппарата	14	2	4	8
		Всего за 2 курс	108	24	30
Третий	Раздел 5. Кровь и кровообращение.				
	Тема 5.1. Кровь как внутренняя среда организма	12	2	4	6
	Тема 5.2. Физиология кровообращения	26	6	8	12
	Раздел 6. Дыхание				

Тема 6.1. Биомеханика внешнего дыхания. Легочная и альвеолярная вентиляция.	8	2	2	4
Тема 6.2. Транспорт дыхательных газов.	12	2	6	4
Тема 6.3. Регуляция дыхания.	8	2	2	4
Раздел 7. Обмен веществ и энергообеспечение.				
Тема 7.1. Физиология пищеварения.	8	2	2	4
Тема 7.2. Физиология выделения.	8	2	-	6
Тема 7.3. Физиология обмена веществ и энергии	12	4	2	6
Тема 7.4. Эндокринные функции	8	2	2	4
Тема 7.5. Терморегуляция	6	2	-	4
<i>Всего за 3 курс (часов)</i>	108	26	28	54
<i>Всего часов</i>	216	50	58	108

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на третьем курсе в пятом семестре завершается экзаменом. Итоговый контроль (экзамен) проводится в форме ответов на вопросы, которые систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб.- Изд.4-е, испр. и доп.- М.: Советский спорт, 2012.- 620с.
2. Орлов, Р.С. Нормальная физиология : учебник для вузов / Р.С. Орлов, А.Д. Ноздрачев. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2005.-696с.
3. Прокопюк, З.Н. Физиология : учеб. пособие / З.Н. Прокопюк, Е.Г. Мильнер. - Смоленск : СГИФК, 2003. - 150 с.
4. Руководство к практическим занятиям по физиологии человека : учеб. пособие для физ. вузов / ред. А.С. Солодков. - М. : Советский спорт, 2006. - 81с

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Физиология человека : учеб. для магистров и аспирантов / ред. Е.К. Аганянц. - М. : Советский спорт, 2005. - 336 с.
2. Фейгенберг И.М. Николай Бернштейн: от рефлекса к модели будущего / И.М. Фейгенберг. - М. : Смысл, 2003. - 239с.+ прил.: с.172-239.
3. Погадаева, О.В. Физиология человека : Висцеральные системы : Учеб. пособие / О.В. Погадаева, В.Г. Тристан. - Омск : СибГУФК, 2004. - 136 с.
4. Современный курс классической физиологии (избранные лекции) / ред. Ю.В. Наточин, В.А. Ткачук. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2007. - 384 с.

Избранные лекции по современной физиологии / ред. М.А. Островский, А.Л. Зефирова. - Казань : Арт-Кафе, 2010. - 332 с.

3.24. Рабочая программа дисциплины «Теория и методика физической культуры» для направления подготовки 034400 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль подготовки - адаптивное физическое воспитание

Квалификация (степень) выпускника - бакалавр

Форма обучения - очная

Автор-разработчик: Спирин Валентин Константинович, д.п.н., профессор

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1. Цели и задачи дисциплины:

Целями освоения дисциплины **Теория и методика физической культуры** являются: освоение студентами основ фундаментальных знаний в области теории и методики физической культуры, теоретическая подготовка их к педагогической деятельности в области физического воспитания и спорта.

Задачи дисциплины

- сформировать у студентов профессиональное мировоззрение, познавательную активность и интерес к проблемам физической культуры, стремление к всестороннему анализу и творческому усвоению изучаемого материала;
- обеспечить освоение студентами основ фундаментальных знаний в области теории и методики физической культуры, целостное осмысление сути профессиональной деятельности, методологических подходов, общих закономерностей данного вида социальной практики;
- сформировать у студентов профессионально-прикладные умения и навыки по специальности, стремление к самостоятельности и творчеству в процессе обучения, приобщить их к научно-исследовательской работе, обеспечить освоение ими опыта творческой деятельности;
- формировать у студентов потребность и умение успешно реализовывать свой творческий потенциал с вектором на себя и в интересах общества, в решении государственных задач физического совершенствования населения.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Теория и методика физической культуры» относится к базовой части профессионального цикла.

Теория и методика физической культуры опираясь на такие дисциплины, как сочетается с одновременным освоением таких дисциплин, как «Физическая культура», «Теория и методика обучения базовым видам спорта», «Естественнонаучные основы физической культуры», «Анатомия человека», «История физической культуры», «Информатика», «Физиология человека», «Биохимия человека», «Педагогика», «Психология», сама выступает как базисная система знаний для следующих дисциплин: теория и организация адаптивной физической культуры, частные методики адаптивной физической культуры, технологии физкультурно-спортивной деятельности, специальная педагогика, специальная психология, дисциплины профилей подготовки, а так же для производственной практики.

Дисциплина относится к базовой части профессионального цикла, преподается в 3 и 4 семестрах второго курса. Курс органично должен сочетаться с одновременно осваиваемыми смежными предметами: «Философия», «Педагогика физической культуры», «Психология физической культуры», «Биомеханика двигательной деятельности», «Биохимия человека», «Физиология человека», «Теория и методика избранного вида спорта» (2 курс), что требует от преподающего теорию и методику физической культуры знания основ этих предметов.

После завершения изучения дисциплины в рамках официального курса, прохождения учебной практики на базе теории и методики физической культуры целесообразно формировать спецкурсы с углубленным изучением методики физического воспитания детей дошкольного,

школьного возраста, учащихся средних специальных и высших учебных заведений за счет часов вариативной части.

Базовыми предметами, которым данная дисциплина должна предшествовать, являются: «Теория и организация адаптивной физической культуры», «Безопасность жизнедеятельности», «Теория и методика избранного вида спорта», «Учебная и производственная практики», «Частные методики адаптивной физической культуры», «Научно-методическая деятельность», «Правовые основы профессиональной деятельности», «Материально-техническое обеспечение в адаптивной физической культуре».

В учебном процессе предусматривается широкое использование активных и интерактивных форм проведения занятий. В соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта не менее 20 % групповых занятий должны проводиться в интерактивных формах. В зависимости от подготовленности контингента, условий обучения процент таких занятий может повышаться. В процессе обучения большое внимание должно уделяться формированию навыков устных выступлений, умений вести дискуссии по теме, диалог и взаимодействие в ходе занятия, определению собственных позиций в вопросах дальнейшего совершенствования профессиональной подготовки.

О темах, выносимых на самостоятельное изучение студентов целесообразно информировать в процессе лекций и групповых занятий. В качестве форм контроля самостоятельной работы могут использоваться индивидуальные собеседования, письменный или устный экспресс-опрос, мультимедийная презентация, тестирование, решение ситуационных задач, выполнение практических заданий, подготовка конспектов, написание и защита рефератов, проведение круглых столов, дискуссий и другие виды контроля, направленные на формирование необходимых компетенций. Ниже приводится *перечень контрольных вопросов* для самопроверки уровня подготовленности по предмету.

Материально-техническое обеспечение дисциплины осуществляется за счет книжного фонда библиотеки, компьютерной внутривузовской сети, использования Интернета, аудио-видеоаппаратуры, оборудованных аудиторий для мультимедийного сопровождения занятий,

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

а) общекультурные (ОК)

- готовностью уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям, толерантно воспринимать социальные и культурные различия способен к диалогу с преподавателями других культурных государств (ОК-1);
- владением культурой мышления, способен к общению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору ее достижения (ОК-4);
- умеет логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь (ОК – 5);
- стремлением к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства (ОК-9);
- осознает социальную значимость своей будущей профессии, обладает высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности (ОК – 11);
- способен анализировать социально - значимые проблемы и процессы (ОК – 13);
- использованием основные законы естественнонаучных дисциплин в профессиональной деятельности, применяет методы математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального анализа (ОК-14).

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих **профессиональных компетенций (ПК):**

- знанием истории, закономерностей функций принципов, средств и методов отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры, их роли и места в общей системе физической культуре (ПК-1);
- знанием морфофункциональных, социально-психологических лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм, возрастных и гендорных групп (ПК-3);

- умеет обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальными знаниями и способами их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделенными видами адаптивной физической культуры (ПК – 4);
- умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры (ПК-5);
- умеет определять цели и задачи физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации (ПК- 6);
- умеет планировать содержание урока, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно- гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных (ПК- 7);
- готовностью применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся (ПК-8);
- способен формировать мотивации у детей и молодежи к занятиям избранным видом спорта, воспитание у занимающихся моральных принципов честной спортивной конкуренции (ПК-9);
- умет формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться (ПК- 16);
- 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 закономерностей нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендорных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-21);
- умением работать в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления лиц с ограниченными возможностями здоровья (ПК-22);
- готовностью с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья и внесению коррекций в восстановительные воздействия в зависимости от результатов измерений и (или) рекомендаций членов междисциплинарной команды (ПК-24);
- способностью проводить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок (ПК-25);
- умением развивать оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате того или иного заболевания и (или травмы) (ПК-28);
- умением развивать физические качества, обучать новым способам двигательной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья, исходя из нарушенных или навсегда утраченных функций (ПК-29);
- умение проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний (ПК-33);
- знает актуальные проблемы в сфере физической культуры (ПК -35).

В результате изучения дисциплины студент должен

Знать:

- сущность, структуру, функции, принципы, методологические основы физической культуры;
- историю, социальную сущность, структуру и функции физической культуры, цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры;
- сущность и социальную значимость своей профессии, основные проблемы, определяющие конкретную область своей будущей профессии, их взаимосвязь в системе знаний;
- цель, задачи, основные средства, методы и принципы физического воспитания, теорию и методику обучения двигательным действиям и воспитания двигательных качеств, формирования осанки и регулирования массы тела, формы построения занятий, планирование и контроль в физическом воспитании;
- особенности обучения двигательным действиям и развития физических качеств, форм

построения занятий в разных видах физической культуры;

- особенности планирования и контроля в физической культуре;
- возрастные и профилированные аспекты теории и методики физической культуры;

Уметь:

- логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь;
- критически оценить свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков;
- обучать занимающихся двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида физической культуры;
- определять цели и задачи физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации человека;
- изучать с позиции достижений педагогической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц в процессе занятий тем или иным видом физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;
- формулировать задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические, оздоровительные, образовательные, воспитательные и др.), подбирать соответствующие средства и методы их решения, регулировать физическую нагрузку в процессе занятий;
- разрабатывать современные технологии проведения занятий во всех видах физической культуры: физическом воспитании, спорте, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации;
- приобщить людей к занятиям физической культурой, формировать аксиологическую концепцию жизни у населения с установкой на здоровый образ жизни, максимальную самореализацию в качестве социально и индивидуально значимого субъекта;
- формулировать задачи, подбирать соответствующие средства и методы интеллектуального, эмоционально-волевого, нравственного, эстетического, экологического и других видов воспитания личности;
- применять в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья, подбирать средства и методы, адекватные поставленным задачам;
- обосновывать проблему, подбирать соответствующие методы исследования, собирать и анализировать научные факты, формулировать выводы.

В результате изучения дисциплины студент должен **владеть:**

- культурным мышлением, способностью к общению, анализу, восприятию информации, постановки цели и выбора путей ее достижения
- основными законами естественнонаучных дисциплин в профессиональной деятельности, применением методов математического анализа и моделирования, теоретическим и экспериментальным исследованием:
 - основными терминами и понятиями профессиональной деятельности;
 - современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения.
- способами совершенствования профессиональных знаний и умений путем использования возможностей информационной среды учреждения, региона, области, страны;
- оценивать состояние занимающихся.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Объем дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Всего часов	Семестры			
				4	5
Аудиторные занятия (всего)	68			30	38
В том числе:	-	-	-	-	-
Лекции	30			14	16
Практические занятия	-			-	-
Семинары	38			16	22
Самостоятельная работа (всего)	76			38	38
В том числе:	-	-	-	-	-
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)					экзамен
Общая трудоемкость часы 144	144				
Зачетные единицы	4				

Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела
3 семестр		
1.	Понятие о физической культуре.	Тема 1.1. Предмет теории и методики физической культуры, как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики Тема 1.2. Физическая культура как общественное явление, ее функции и формы.
2.	Содержание и методические аспекты теории и методики физического воспитания	Тема 2.1. Функция физического воспитания, как специфическая функция физической культуры. Средства физического воспитания. Тема 2.2. Методы физического воспитания. Общометодические и специфические принципы физического воспитания. Тема 2.3. Основы теории и методики обучения двигательным действиям. Тема 2.4. Теоретико-практические основы стимулированного развития двигательных качеств. Тема 2.5. Формы построения занятий в физическом воспитании Тема 2.6. Планирование и контроль в физическом воспитании
4 семестр		
3.	Теория и методика физической культуры в различные периоды жизни человека	Тема 3.1. Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста. Тема 3.2 Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста Тема 3.3 . Физическая культура в средних специальных и высших учебных заведениях Тема 3.4. Особенности физической культуры взрослых.
4.	Основы теории и методики спорта	Тема 4.1. Особенности предмета теории спорта. Ее специфические понятия. Сущность спорта, его функции. Тема 4.2. Основы спортивной тренировки. Тема 4.3. Сущность и формы спортивных соревнований. Тема 4.4. Основы построения процесса спортивной подготовки. Тема 4.5. Технология планирования в спорте.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ:

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Семин.	СРС	Все-го

1	2	3	4	5	6
3 семестр					
1.	Раздел 1. Понятие о физической культуре.	4	4	8	16
2	1.1. Предмет теории и методики физической культуры, как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики	2	2	4	8
3	1.2. Физическая культура как общественное явление, ее функции и формы.	2	2	4	8
4	Раздел 2. Содержание и методические аспекты теории и методики физического воспитания	10	12	24	46
5	2.1. Функция физического воспитания, как специфическая функция физической культуры. Средства физического воспитания.	2	2	4	8
6	2.2. Методы физического воспитания. Общеметодические и специфические принципы физического воспитания.	2	2	4	8
7	2.3. Основы теории и методики обучения двигательным действиям.	2	2	4	8
8	2.4. Теоретико-практические основы стимулированного развития двигательных качеств.	2	2	4	8
9	2.5. Формы построения занятий в физическом воспитании.	-	2	2	4
10	2.6. Планирование и контроль в физическом воспитании.	2	2	6	10
1	2	3	4	5	6
4 семестр					
11	Раздел 3. Теория и методика физической культуры в различные периоды жизни человека	6	8	14	28
12	Тема 3.1. Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста.	2	2	4	8
13	Тема 3.2 Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста.	2	2	4	8
14	Тема 3.3 . Физическая культура в средних специальных и высших учебных заведениях.	2	2	4	8
15	Тема 3.4. Особенности физической культуры взрослых.	-	2	2	4
16	Раздел 4. Основы теории и методики спорта	10	14	32	52
17	Тема 4.1. Особенности предмета теории спорта. Ее специфические понятия. Сущность спорта, его функции.	2	2	6	10
18	Тема 4.2. Основы спортивной	2	2	6	10

	тренировки.				
19	Тема 4.3. Сущность и формы спортивных соревнований.	2	2	6	10
20	Тема 4.4. Основы построения процесса спортивной подготовки.	2	4	6	12
21	Тема 4.5. Технология планирования в спорте.	2	4	6	14
22	Итого	30	38	76	144

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

Второй курс, третий семестр

1. Перечислите и дайте определение основным понятиям теории физической культуры.
2. Раскройте основные тенденции формирования теории в системе знаний о физической культуре.
3. Охарактеризуйте теорию физической культуры как систему научных знаний сущности физической культуры.
4. Роль физической культуры в содействии полноценному духовному и физическому развитию человека.
5. Охарактеризуйте специфические функции физической культуры в обществе.
6. В чем выражается связь физической культуры и спорта с социальными явлениями?
7. Дайте сравнительную характеристику видов и разновидностей современной физической культуры.
11. В чем отличие физических упражнений как средств и методов физического воспитания от иных видов двигательных действий?
12. Охарактеризуйте методы строго регламентированного упражнения и их классификацию.
13. Раскройте особенности игрового метода в физическом воспитании.
14. Укажите особенности соревновательного метода в физическом воспитании.
15. Раскройте информативные показатели нагрузки при выполнении физических упражнений (на примере избранных видов упражнений).
16. Раскройте типы интервалов отдыха при воспроизведении физических упражнений.
17. Какова роль факторов природной среды и гигиенических факторов в физическом воспитании?
18. Каково соотношение общепедагогических и специфических принципов регламентации процесса физического воспитания?
19. В чем суть принципа непрерывности процесса физического воспитания и системного чередования нагрузки и отдыха?
20. В чем сущность принципа постепенного наращивания тренирующих воздействий в процессе физического воспитания?
21. В чем заключаются принципы цикличности процесса физического воспитания и возрастной адекватности его направленности?
22. Дайте общую характеристику этапам обучения двигательному действию.
23. Раскройте методику начального разучивания двигательного действия.
24. Раскройте методику углубленного разучивания двигательного действия.
25. Раскройте методику результирующей отработки двигательного действия.
26. Что включает в себя ориентировочная основа двигательного действия?
27. Какие методы и приемы используются для предупреждения и устранения ошибок при обучении двигательному действию.
28. Раскройте основы современной методики воспитания двигательных способностей.

29. Охарактеризуйте современную методику воспитания собственно силовых способностей.
30. Раскройте основы современной методики воспитания скоростных способностей.
31. Охарактеризуйте методы воспитания комплексной выносливости.
32. Раскройте методы воспитания общей аэробной выносливости.
33. Какие методы используются для воспитания выносливости специального типа (на примере избранного вида спорта)?
34. Укажите основные средства и методы направленного воздействия на гибкость тела.
35. В чем суть методики воспитания осанки?
36. Какие пути применяются при оптимизации в процессе физического воспитания массы и объемов звеньев тела?
37. Сформулируйте основные условия и пути направленного воздействия в процессе физического воспитания на нравственное сознание и поведение индивида.
38. Раскройте методику воспитания волевых качеств личности в процессе физического воспитания.
39. Чем обусловлено многообразие форм построения занятий в физическом воспитании?
40. Раскройте основные положения методики построения занятий урочного типа в физическом воспитании.
41. В чем особенность малых форм построения занятий неурочного типа в физкультурной практике?
42. В чем особенность построения круговой тренировки как одной из эффективных организационно-методических форм построения занятий физическими упражнениями?
43. Раскройте значение и методику регулирования общей и моторной плотности занятий физическими упражнениями.
44. Охарактеризуйте современные подходы в технологии планирования (проектирования, программирования) процесса занятий физическими упражнениями.
45. В чем особенности технологии перспективного, этапного и оперативно-текущего планирования процесса физического воспитания?
46. Роль комплексного контроля процесса физического воспитания и самовоспитания.
47. Чем обусловлено единство планирования и контроля процесса физического воспитания?

Второй курс, четвертый семестр

48. В чем заключаются особенности задач, решаемых на начальных этапах физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста?
49. Обоснуйте основные критерии эффективности физического воспитания детей в раннем и дошкольном возрасте.
50. Раскройте содержание и формы физического воспитания в яслях и детских садах.
51. Охарактеризуйте направленность, типичный состав средств и определяющих черт методики физического воспитания в общей системе воспитания, осуществляемого в яслях и детских садах.
52. Раскройте социально-педагогическое значение, цель и задачи физического воспитания детей и молодежи школьного возраста.
53. Охарактеризуйте программное содержание физического воспитания, тенденции его совершенствования.
54. Почему урок физической культуры является основной формой физического воспитания учащихся общеобразовательных школ?
55. Какие требования предъявляются к современному уроку физической культуры?
56. Изложите основные положения правил безопасности при проведении занятий по физическому воспитанию со школьниками.
57. Каков порядок определения и конкретизации учебно-воспитательных задач (образовательных, воспитательных, физического развития) при разработке годовых, четвертных

планов, конспектов уроков?

58. Приведите основные положения свода правил объективного оценивания школьников на уроках физической культуры и раскройте их.

59. Охарактеризуйте систему проверки успеваемости учащихся на уроках физической культуры.

60. Раскройте методику проведения педагогических наблюдений, хронометражных исследований и пульсометрии на уроках физической культуры.

61. Изложите организационно-методические основы проведения мероприятий в режиме учебного дня (вводной гимнастики, физкультминутки, физкультурно-рекреативные занятия во время больших перемен).

62. Сформулируйте основные научно-методические требования по направленному использованию факторов физической культуры в режиме повседневной жизни детей и молодежи школьного возраста, в дни отдыха и в каникулярное время.

63. Чем обусловлена актуальность внедрения физической культуры в образ жизни детей и молодежи школьного возраста?

64. В чем особенности программы физического воспитания учащихся средних специальных учебных заведений?

65. Охарактеризуйте физическое воспитание как предмет высшей школы (задачи, основные направления физического воспитания: гигиеническое, общеобразовательное, спортивное, профессионально-прикладное).

66. Раскройте организацию и формы физического воспитания студенческой молодежи.

67. Раскройте научные основы внедрения физической культуры в организацию труда.

68. Каких методических принципов необходимо придерживаться при проведении вводной гимнастики, физкультурных пауз и других форм физической культуры в режиме рабочего дня трудящихся?

69. Каковы подходы к нормированию общей двигательной и физкультурно-спортивной активности трудящихся в быту, в режиме расширенного отдыха и восстановления?

70. Раскройте социальные факторы, определяющие значение физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста.

71. Охарактеризуйте физическую культуру как фактор противодействия возрастнo-инволюционным процессам.

72. Изложите методические основы построения системы занятий. Критерии их эффективности и контроль.

Примерная тематика рефератов

1. «Теория и методика физической культуры» как предмет, направленный на формирование профессионального мышления специалиста.

2. Истоки проблемы реализации на практике общетеоретических знаний в области физической культуры и спорта.

3. Роль общетеоретических методов исследования при выявлении актуальных вопросов в сфере физической культуры и спорта.

4. Отечественная система физической культуры как прогрессивное явление.

5. Самоконтроль как необходимое условие эффективности физического воспитания.

6. Проблемы и пути повышения эффективности формирования физкультурной грамотности у школьников.

7. Реализация индивидуального подхода к учащимся старших классов на уроках физической культуры: проблемы и пути решения.

8. Повышение эффективности использования естественнo-средовых и гигиенических факторов в физическом воспитании школьников.

9. Проблемы и пути реализации принципа непрерывности в физическом воспитании школьников.

10. Проблемы и пути реализации принципа постепенного наращивания тренирующих воздействий в процессе физического воспитания школьников.
11. Проблемы и пути повышения эффективности формирования двигательных умений и навыков в процессе физического воспитания.
12. Повышение эффективности планирования физического воспитания школьников: проблемы и пути решения.
13. Научно-методические основы занятий спортом в школьном возрасте.
14. Физические нагрузки в детском спорте: проблемы и перспективы решения.
15. Система отбора и спортивной ориентации в спорте.
16. Специфика подготовки юных спортсменов, направленной (в перспективе) на высшие достижения.
17. Особенности построения тренировки в олимпийских (четырёхлетних) циклах.
18. Физическая рекреация как часть физической культуры трудящихся.
19. Общефизическая тренировка в период активной трудовой деятельности человека.
20. Противодействие возрастной инволюции факторами физической культуры.

Перечень вопросов к экзаменам

1. Характеристика базовых понятий теории и методики физической культуры; их роль в формировании профессионального мышления специалиста.
2. Характеристика общих и специфических функций физической культуры.
3. Теория физической культуры как наука и учебный предмет.
4. Логика построения теоретического исследования в сфере физической культуры и спорта.
5. Характеристика опросных методов, методов педагогического наблюдения и педагогического эксперимента.
6. Характеристика основных компонентов и форм физической культуры.
7. Цели и задачи, решаемые в сфере физической культуры.
8. Научные, программно-методические и организационные основы системы физического воспитания.
9. Физические упражнения как средство физического воспитания. Классификация физических упражнений, ее назначение.
10. Физические упражнения: исходное определение, содержание и форма физического упражнения. Эффекты упражнений.
11. Общее понятие о технике двигательных действий, состав движений (основа техники, главное звено, детали техники).
12. Некоторые характеристики и правила технического выполнения физических упражнений.
13. Нагрузка при выполнении физических упражнений, количественно-качественные критерии нагрузки.
14. Роль и типы интервалов отдыха в процессе физического воспитания.
15. Характеристика методов расчлененно-конструктивного упражнения и целостно-конструктивного упражнения при обучении движениям; факторы, обуславливающие особенности их применения.
16. Характеристика методов стандартно-повторного упражнения при воспитании двигательных качеств (регламентация нагрузок и отдыха, направленность, примеры из практики).
17. Характеристика методов переменного (вариативного) упражнения при воспитании двигательных качеств (регламентация нагрузок и отдыха, направленность, примеры из практики).
18. Характеристика комбинированных разновидностей методов упражнений.
19. Характеристика методов комплексного содержания занятий (круговая тренировка).

20. Определяющие черты игрового и соревновательного методов физического воспитания.
21. Характеристика методов словесного и наглядного воздействия в процессе физического воспитания, их особенность и значение.
22. Роль природных и гигиенических факторов в физическом воспитании.
23. Требования к реализации методических принципов в физическом воспитании.
24. Двигательные умения и навыки. Их отличительные черты, механизмы образования и проявления.
25. Предпосылки и общий порядок построения процесса обучения.
26. Характеристика начального этапа овладения двигательным действием: задача, средства, определяющие черты методики.
27. Характеристика этапа углубленного разучивания двигательного действия: задачи, средства, определяющие черты методики.
28. Характеристика этапа результирующей отработки двигательного действия: задачи, средства, определяющие черты методики.
29. Координационные способности человека: понятие, сущность, значение, средства и методика воспитания.
30. Пути воспитания способностей поддерживать равновесие, рационального мышечного расслабления и соблюдения пространственных параметров движения.
31. Силовые способности человека. Понятие, формы проявления, основные факторы, определяющие силовые способности.
32. Средства и методика воспитания силовых способностей.
33. Средства и методы воспитания простых и сложных реакций.
34. Особенности средств и методики воспитания быстроты, определяющей скоростные характеристики движений.
35. Выносливость: сущность, показатели и типы, задачи, решаемые в процессе воспитания выносливости.
36. Средства и методы воспитания общей выносливости.
37. Средства и методы воспитания специфической выносливости.
38. Воспитание осанки: объект, средства и особенности методики.
39. Направленное воздействие на гибкость тела: объект, средства и особенности методики.
40. Особенности упражнений, средства и методы, стимулирующие рост мышечной массы.
41. Предпочтительные виды и режимы использования упражнений для устранения избыточной массы тела.
42. Ведущая роль воспитателя и активности воспитываемого в формировании личности; воспитывающая роль физкультурного коллектива.
43. Нравственное и трудовое воспитание в процессе физического воспитания.
44. Интеллектуальное и эстетическое воспитание, самовоспитание в процессе физического воспитания.
45. Разнообразие и общие черты форм построения занятий.
46. Логика и методика построения урока, анализ урока
47. Особенности неурочных форм занятий в физкультурной практике. Малые формы.
48. Крупные формы самостоятельных занятий тренировочного и физкультурно-реактивного характера.
49. Предпосылки к планированию; масштабы и предметные аспекты планирования.
50. Особенности форм и способов перспективного планирования.
51. Особенности форм и способов этапного и краткосрочного планирования.
52. Особенности оперативно-текущего, циклового и этапного контроля.
53. Характеристика программного содержания физического воспитания детей дошкольного возраста (на примере одной из программ).
54. Основные формы физического воспитания дошкольников.
55. Особенности применения методов обучения движениям при занятиях с детьми дошкольного возраста.

56. Особенности методики воспитания двигательных качеств у дошкольников.
57. Методические основы направленного использования физической культуры в условиях семейного быта дошкольников.
58. Социально-педагогическое значение; цель, задачи и направленность физической культуры детей и молодежи школьного возраста.
59. Нормативные критерии физического воспитания школьников.
60. Программное содержание физического воспитания, тенденции его совершенствования.
61. Роль федерального государственного стандарта по физической культуре в регламентации процесса физического воспитания учащихся, его краткая характеристика.
62. Определяющие черты методики обучения двигательным действиям детей и молодежи школьного возраста.
63. Определяющие черты методики воспитания физических качеств у детей и молодежи школьного возраста.
64. Урок физической культуры как основная форма физического воспитания школьников.
65. Типы школьных уроков физической культуры, особенности их структуры и содержания.
66. Организационное обеспечение школьных уроков физической культуры (материально-технические условия, размещение и перемещение учащихся, организация работы групповодов и присутствующих на занятиях).
67. Особенности состава средств и определяющие черты методики физического воспитания детей младшего школьного возраста.
68. Особенности состава средств и определяющие черты методики физического воспитания детей среднего школьного возраста.
69. Особенности состава средств и определяющие черты методики физического воспитания учащихся старшего школьного возраста.
70. Экспресс-тестирование и прием контрольных нормативов у школьников на уроках физической культуры.
71. Технология разработки годового плана физического воспитания школьников. Формы годового плана.
72. Технология разработки четвертного плана физического воспитания школьников.
73. Технология разработки конспекта урока физической культуры.
74. Назначение и организация педагогического контроля в школе; разновидности контроля, требования к его осуществлению.
75. Методика проведения педагогических наблюдений за уроками физической культуры. Анализ данных наблюдений.
76. Методика проведения хронометражных исследований на уроках физической культуры. Анализ полученных данных.
77. Методика проведения пульсометрии на уроках физической культуры. Анализ полученных данных.
78. Характеристика видов проверки успеваемости на уроках физической культуры.
79. Правила безопасности проведения занятий по физической культуре в общеобразовательной школе.
80. Особенности проведения уроков физической культуры у учащихся подготовительной и специальной медицинской групп.
81. Подготовка учителя к уроку физической культуры.
82. Научные и организационно-методические основы проведения физкультурных мероприятий в режиме учебного дня школьников (вводная гимнастика, физкультминутки, большие оздоровительные перемены).
83. Особенности методики проведения секционной работы в школе (секции ОФП и начальной спортивной подготовки).

84. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы во внешкольных спортивных и культурных учреждениях, по месту жительства и на спортивных базах.

85. Проблемы ранней (своевременной) спортивной специализации и спортивной ориентации.

86. Особенности организации и содержания физического воспитания в средних специальных учебных заведениях.

87. «Физическое воспитание» как предмет высшей школы: характеристика общеобразовательного направления.

88. «Физическое воспитание» как предмет высшей школы: характеристика профессионально-прикладного направления.

89. Общая организация и основные формы физического воспитания студентов. Порядок комплектования учебных групп и отделений.

90. Особенности методики физического воспитания студентов основного, специального отделения и отделения спортивного совершенствования.

91. Физическая культура как непосредственный фактор повышения производительности труда.

92. Производственная физическая культура – специфическая часть физической

93. Методика построения занятий физическими упражнениями с людьми пожилого и старшего возраста.

94. Возникновение и состояние современного спорта. Конкретизация понятия «спорт» в узком и широком смысле.

95. Понятие «спортивное соревнование» («спортивное состязание»). Основные функции, особенности и общая структура спортивных соревнований.

96. Структура и особенности соревновательной деятельности в спорте.

97. Роль состязаний в формировании личности и в специальной психической подготовке спортсмена. Динамика соревновательной практики в процессе многолетней спортивной деятельности.

98. Основные факторы и условия, определяющие построение системы спортивных соревнований.

99. Направленность к высшим достижениям, углубленная специализация и индивидуализация как закономерные черты подготовки спортсмена.

100. Принципиальные положения спортивной тренировки: непрерывность тренировочного процесса, единство постепенности и предельности в наращивании тренировочных нагрузок.

101. Принципиальные положения спортивной тренировки: волнообразность динамики нагрузок, вариативность и цикличность тренировочного процесса.

102. Взаимосвязь основных сторон подготовки спортсмена с внутрине тренировочными факторами.

103. Краткая характеристика средств и методов спортивной тренировки, их классификация и особенности.

104. Основные стороны спортивной тренировки.

105. Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов).

106. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов).

107. Структура больших циклов тренировки (макроциклов) типа годовых и полугодовых. Основы периодизации круглогодичной тренировки.

108. Спортивная тренировка как многолетний процесс: характеристика стадии максимальной реализации спортивных возможностей.

76. Планирование и контроль как факторы педагогического управления в системе

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Итоговый контроль освоения дисциплины проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты по завершению четвертого семестра. Допуском к экзамену служат выполненные задания, предусмотренные программой обучения и установленный вузом процент обязательного посещения занятий от общего объема аудиторной работы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник / А.М. Максименко. – Физическая культура, 2005. – 544 с.
2. Теория и методика физической культуры /под ред. Ю.Ф. Курамшина. – 4 изд. стер. –М.: Советский спорт, 2010.– 463 с. (2003, 2004, 2007 годов издания).
3. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования /Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 10-е изд. испр. – М.: Академия, 2012. – 480 с. (2004, 2006, 2009 годов издания).

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. Методология. Дидактика. – М.: Физкультура и Спорт, 2007. – 912 с.
2. Копаев В.П. Комплексное годовое планирование физического воспитания школьников (обоснование подхода, технология разработки и обучения): учеб. пособие /ВЛГИФК. – Великие Луки, 2003. – 65 с.
3. Копаев В.П. Комплексная программа профильной подготовки учащихся 10-11 классов со спортивно-педагогической направленностью. – Великие Луки, 2011. – 35 с.
4. Красников А.А. Тестирование теоретико-методических знаний в области физической культуры и спорта: учебное пособие / А.А. Красников, Н.Н. Чесноков. – М.: Физическая культура, 2010. – 176 с.
5. Маслова О.Ю. Физическая культура: педагогические основы ценностного отношения к здоровью: учебное пособие / О.Ю. Маслова; под ред. М.Я. Виленского. – М.: КНОРУС. – 2012. – 184 с.
6. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 2008. – 544 с.
7. Никитушкин В.Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник /В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2009. – 208 с.
- Спирин В.К. Организационно-методические условия неэффективного построения уроков физической культуры в рамках традиционной системы физического воспитания/В.К. Спирин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2008. - № 6. – С. 11 - 14.
8. Спирин В.К. Здоровье учащихся – базовое условие качества образования /В.К. Спирин, Ю.А. Ярышкина, М.Я. Керимов//Физическая культура в школе. 2009. - № 5. – С. 29 – 35.
9. В.К. Спирин Реализация принципа свободы выбора физкультурно-спортивной активности учащихся - фундаментальное условие модернизации школьной физической культуры / В.К. Спирин, М.А. Шпартко // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2009. - № 5. – С. 2 -6.
10. В.К. Спирин Организационно-методические условия реализации физической подготовленности школьников на уроках физической культуры/ В.К. Спирин, М.А. Шпартко // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2010. - № 2. – С. 6 -11.
11. Спирин В.К. Двигательная активность – основа обучения /В.К. Спирин, Ю.В. Алексеев, Е.Н. Котова // Физическая культура в школе. 2010. - № 8. – С. 24 – 27.
12. Спирин В.К. Без методики нет целенаправленной физической подготовки /В.К. Спирин // Физическая культура в школе. 2011. - № 1. – С. 10. – 12.
- 13.. Спирин В.К. Конверсионное проникновение элементов спортивной культуры в урок физической культуры общеобразовательной школы путем выстраивания системы

педагогических воздействий основанных на волейболе /В.К. Спирин, Л.И. Котельников, Е.Н. Котова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2011. - № 2. – С. 2 – 6.

14. Спирин В.К. Модернизация физического воспитания на основе индивидуализированной методики с учетом развития двигательных качеств: монография. – Lambert Academic Publishing, 2011. - 118 с

15. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник /под ред. С.П. Евсеева. – 3-е изд. стер. Т. 1. Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры. – М.: Советский спорт, 2010. – 291 с.

16. Физическая культура: учебник /под ред. М.Я. Виленского. – М.: КНОРУС, 2012. – 424 с.

17. Физическая культура. 1-11 классы: развернутое тематическое планирование по комплексной программе / авт.-сост. М.И. Васильева, И.А. Гордияш, О.Н. Камышанова [и др.]. – Волгоград: Учитель, 2010. – 183 с.

18. Физическое воспитание в школе / авт.-сост. Е.Л. Гордияш, И.В. Жигульская, Г.А. Ильина [и др.]. – Волгоград: Учитель, 2008. – 379 с.

14. Физкультура: тематическое планирование по 2- и 3-часовой программам. 1-11 классы / сост. К.Р. Мамедов. – Волгоград: Учитель, 2007. – 63 с.

15. Периодические издания по профилю специальности:

- Теория и практика физической культуры;
- Тренер;
- Физическая культура: воспитание, образование, тренировка;
- Адаптивная физическая культура;
- Физическая культура в школе;
- Физкультура и спорт.

3.25. Рабочая программа дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности» основной образовательной программы направления подготовки 034400 (62) – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) по профилям подготовки – адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника – бакалавр

Форма обучения очная

Авторы-разработчики: Медведева Е.Н. - к.п.н., профессор; Львова Л.Г. - к.п.н., доцент; Моисеенко Н.М. - ст. преподаватель; Аввакуменков А.А. - к.п.н.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Сформировать у студентов теоретические знания и практические умения для проведения занятий по физической культуре с разным контингентом занимающихся с использованием средств гимнастики, подвижных и спортивных игр

Создать у студентов представление о теории формирования двигательных навыков, методологии обучения упражнениям и тактическим взаимодействиям.

Закрепить и совершенствовать технику выполнения физических упражнений, представленных в школьной программе по физической культуре.

Цели изучения дисциплины соотнесены с общими целями образовательной программы, в том числе имеющими междисциплинарный характер: анатомия человека, биомеханика двигательной деятельности, педагогика физической культуры, психология физической культуры, теория и методика физической культуры, история физической культуры.

Задачи дисциплины

В процессе преподавания дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта» необходимо:

Раздел «Гимнастика»

- ознакомить студентов с особенностями применения средств гимнастики с целью оздоровления школьников;

- сформировать у студентов навык демонстрации средств гимнастики: строевых и прикладных упражнений, общеразвивающих упражнений (ОРУ), акробатических упражнений, прыжков, упражнений на снарядах и художественной гимнастики, вольных упражнений;

- выработать у студентов навыки терминологического описания и записи средств гимнастики;

- формировать у студентов навыки проведения строевых упражнений как средства организации урока по физической культуре и воспитания занимающихся;

- учить студентов проведению прикладных общеразвивающих упражнений как средства разминки и формирования двигательной функции школьников;

- выработать у студентов навык обучения средствам гимнастики, представленных в школьной программе по физической культуре;

- учить студентов конструированию содержательной основы школьного урока по физической культуре с применением средств гимнастики (фрагментов и в целом);

- сформировать у студентов навык оперативного планирования посредством разработки конспекта школьного урока по физкультуре;

- учить студентов реализации задач в соответствии с документом планирования в процессе проведения фрагментов школьного урока (подготовительной, основной и заключительной части);

- разучить студентов комбинации 3-го массового разряда группы «Б» для последующего их выполнения в условиях соревнований;

- ознакомить студентов с проведением массовых спортивных мероприятий (соревнований, спортивных праздников);
- ознакомить студентов с использованием средств гимнастики в целях рекреации.

Раздел «Подвижные и спортивные игры»

- ознакомить студентов с историей и современными тенденциями развития подвижных и спортивных игр;
- ознакомить с методикой воспитания физических качеств в спортивных играх;
- добиться овладения студентами методикой обучения основными техническими приёмами и тактическими взаимодействиями;
- формировать у студентов необходимый объём знаний о технике и тактике игры в спортивных играх, а также о средствах и методах технической и тактической подготовки игроков;
- сформировать у студентов умение применять на практике знания и умения по организации и проведению соревнований по подвижным и спортивным играм;
- учить проведению фрагментов урока (подготовительная, основная, заключительная части) и подготовке фрагментов конспекта урока;
- учить подготовке целого конспекта урока и проведению урока с использованием средств подвижных и спортивных игр;
- закрепить и совершенствовать технические приёмы и тактические взаимодействия в процессе игровой деятельности;
- учить организации и проведению физкультурно-массовых и спортивных мероприятий.

Раздел «Туризм и спортивное ориентирование»

- ознакомить с влиянием занятий туризмом на здоровье человека и значением туризма для формирования жизненных умений и навыков;
- ознакомить с системой организации туристической деятельности в стране, самостоятельным туризмом: походы выходного дня, степенные походы, категоричные походы;
- ознакомить со специальным спортивным снаряжением в туризме (страховочные системы, тормозные устройства, веревки, карабины, дополнительные приспособление) и правилами его использования;
- учить технике преодоления спусков, подъемов, переправ и др. препятствий естественного и искусственного происхождения;
- учить методике организации туристических походов с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья;
- ознакомить с особенностями организации реабилитационного туризма;
- учить организации и проведению спортивных соревнований в туристических видах спорта.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности» относится к дисциплинам базовой части профессионального цикла основной образовательной программы бакалавриата по направлению 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (АФК).

Данная дисциплина изучается в течение 1-го, 2-го и 3-го семестров. Итоговой формой контроля результатов освоения дисциплины являются зачёты по каждому из разделов программы.

Для изучения дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися в средней общеобразовательной школе.

Данная дисциплина обеспечивает изучение педагогики физической культуры, истории физической культуры, теории и методики физической культуры, прохождения педагогической

практики, профессионально-профильной практики, биомеханики двигательной деятельности, безопасности жизнедеятельности.

Особенностью дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности» является её специфическая направленность на освоение большого объёма профессиональных компетенций необходимых для реализации государственных образовательных программ по физическому воспитанию в общеобразовательных школах, и средних специальных учебных заведениях. В системе физического воспитания подвижные и спортивные игры, гимнастика, туризм и спортивное ориентирование являются одними из основных и действенных средств оздоровления занимающихся, их разностороннего гармонического развития, профессионально-прикладной подготовки к трудовой деятельности, а также прекрасным средством активного отдыха.

На лекционных занятиях сообщаются: основные сведения об истории происхождения и тенденциях развития изучаемых видов двигательной деятельности; её технике и тактике, а также о средствах и методах физической, технической и тактической подготовки.

На практических и методических занятиях студенты: приобретают теоретические знания и практические умения для проведения занятий по физической культуре с разным контингентом занимающихся с использованием средств подвижных и спортивных игр, гимнастики, туризма и спортивного ориентирования; знакомятся с методикой обучения и тренировки; приобретают навыки организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий. Учебная практика проводится с целью формирования у студентов необходимых умений и навыков для дальнейшей самостоятельной работы. Эти навыки и умения совершенствуются и подкрепляются в процессе учебной и производственной практики. Студенты выполняют задания по конструированию содержательной основы фрагментов урока (подготовительная, основная, заключительная части) и подготовке конспекта урока в целом, а также учатся реализовывать запланированный учебный материал на своей группе.

Осуществление процесса обучения по данной дисциплине требует наличия игрового, гимнастического и легкоатлетического залов, соответствующих санитарно-гигиеническим нормам, технического оснащения: мультимедийная аппаратура, телевизор, DVD, видеомаягнитофон, видеокамера; гимнастические снаряды и оборудование (ковёр для занятий акробатикой, ковер для занятий художественной гимнастикой, снаряды для опорного прыжка, перекладина, брусья параллельные, бревно гимнастическое, брусья разновысокие, кольца, конь с ручками, гимнастические мостики, батут или мини-трамп, гимнастические скамейки и стенки, станок для хореографии и т.д.), спортивный инвентарь (игровой, гимнастический, туристический), музыкальное оборудование (фортепиано, музыкальный центр и т.д.).

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности» направлен на формирование следующих компетенций: ОК-1, ОК-4, ОК-9; ПК- 1, ПК-2, ПК-4, ПК-11, ПК-42.

В результате освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности» обучающийся должен:

1) Знать: основы теории и методики обучения в подвижных и спортивных играх, гимнастике, туризме и спортивном ориентировании. А именно: определение видов двигательной деятельности как исторически сложившейся совокупности средств и методов физического воспитания людей, классификации видов и средств, правила терминологии, строевые упражнения для рациональной организации занятий, основы техники и методики обучения физическим упражнениям, задачи, виды и структуру занятий данными видами двигательной деятельности в общеобразовательных учреждениях, формы организации занятий, анатомическое строение и функции органов и систем организма человека, закономерности психического и физического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды;

закономерности развития способностей и двигательных умений занимающихся; особенности проведения занятий со школьниками разных возрастных групп, факторы и причины травматизма, меры по его профилактике в процессе занятий физической культурой; способы повышения эффективности педагогического процесса на уроках физической культуры, физкультурно-массовых и оздоровительных мероприятиях; виды и формы соревнований и массовых физкультурных мероприятий.

2) Уметь: использовать профессиональную лексику (терминологию); подбирать средства и методы, адекватные поставленным задачам; распределять и дозировать средства физической культуры; распределять средства с учётом их влияния на организм занимающихся; проводить урок с использованием средств подвижных и спортивных игр, гимнастики, туризма и спортивного ориентирования в общеобразовательных учреждениях на основе разработанного конспекта урока, а именно: грамотно, кратко и точно формулировать общие и частные задачи урока; образцово показывать физические упражнения в объеме школьной программы; обучать: игровым техническим и тактическим приёмам, упражнениям основной гимнастики, приёмам туризма и спортивного ориентирования (объяснять технику выполнения упражнений, подбирать упражнения для решения поставленной учебной задачи, оценивать качество выполнения упражнений, определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения; управлять физической нагрузкой и плотностью урока); определять способности и уровень готовности личности включаться в соответствующую физкультурную деятельность; составлять положение о соревновании, сценарий физкультурного мероприятия; организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия, мероприятия в режиме учебного и продлённого дня, проводить подвижные игры, эстафеты, спортивные соревнования по общей физической подготовке, спортивным играм; рационально использовать места занятий, оборудование и инвентарь; обеспечивать меры безопасности занимающихся; проводить педагогический анализ урока.

3) Владеть: профессиональной терминологией; командным голосом, навыками самостоятельной работы; методикой формирования мотивации учебной деятельности обучающихся на занятиях физической культуры; навыками рационального использования спортивного оборудования, инвентаря; приёмами помощи и страховки занимающегося при проведении учебно-тренировочного занятия; навыками судейства; опытом организации и проведения соревнований; навыками организации и управления группой.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Теория и методика обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности» содержит разделы:

Раздел 1. «Гимнастика»

Раздел 2. «Подвижные и спортивные игры»

Раздел 3. «Туризм и спортивное ориентирование»

**Технологическая карта преподавания и освоения учебно-практического материала по дисциплине
«Теория и методика обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности»**

№ п/п	Название темы	Содержание учебного занятия	Учебно-методические пособия и инструментарий	Самостоятельная работа студентов	Форма Контроля
1	2	3	4	5	6
РАЗДЕЛ 1 «ГИМНАСТИКА»					
I КУРС					
1	Введение в предмет	Лекция (2 часа). 1. Значение дисциплины в подготовке специалистов по физической культуре. 2. Задачи, средства и методические особенности занятий гимнастикой. 3. Виды гимнастики (их значение, характеристика). 4. Общие требования	Таблицы и рисунки, необходимые для чтения лекций. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по гимнастике	(2 часа). Самостоятельное изучение литературы: 1. Гимнастика: Учебник для студ. высш. учеб. заведений/ под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Миньшикова. – 6 изд. М. Академия, 2009. – 445 с. 2. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/ред. Е.С. Крючек, Р.Н. Терехина.- М.: Академия, 2012.- 288 с.	Опрос по теме.
	История развития гимнастики			(2 часа). Изучить: этапы развития гимнастики; национальные системы. Современное состояние и тенденции развития гимнастики. Написать реферат.	Реферат по теме. Использовать не менее 3-х источников. Рукописный текст – не менее
2	Гимнастическая терминология. Средства гимнастики и методика их проведения (ОРУ,	Практическое занятие (2 часа). Разбор терминов основных групп гимнастических средств. Применение разнообразных ОРУ по анатомической направленности; терминологическое описание ОРУ, прикладных упражнений.	Карточки с заданиями по теме: «Гимнастическая терминология»	(2 часа). Учить основные термины. Подготовка к контрольным работам, микрозачету по теме: «Гимнастическая терминология»	Микрозачет:

	строевые упражнения, прикладные упражнения, гимнастические залы и оборудование для занятий гимнастикой).	Формы записи (примеры, образцы). Выполнение движений различными частями тела в комплексе ОРУ раздельным способом. Знакомство с методикой проведения. Совершенствования танцевальных элементов: польки. Сдача норм по ОФП.	Образцы конспектов комплексов ОРУ. Задания по теме «ОРУ и методика их проведения» Инструментарий для приема нормативов по ОФП	Запись 4-х ОРУ. Самостоятельное изучение литературы, указанной в лекции. Дополнительная литература:	Терминологическая запись 4-х ОРУ. Микрозачет по ОФП
3	Гимнастическая терминология	Лекция (2 часа). 1. Значение терминологии для специалиста по физической культуре; 2. Требования к терминам и способы их образования; 3. Правила и формы записи различных гимнастических упражнений.	Таблицы, рисунки, образцы терминологической и смешанной записи гимнастических упражнений.	(2 часа). Изучить самостоятельно раздел «Гимнастическая терминология в специальной литературе: 1. Гимнастика: Учебник для студ. высш. учеб. заведений/ под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – 6 изд. М. Академия, 2009. – 445 с. .	Опрос по теме.
4	Гимнастическая терминология. Средства гимнастики и методика их проведения (ОРУ, строевые упражнения, акробатические, и в/у, гимнастические залы и оборудование для занятий гимнастикой).	Практическое занятие (2 часа). Разбор терминов основных групп гимнастических средств. Применение разнообразных ОРУ по анатомической и методической направленности; терминологическое описание ОРУ. Формы записи (примеры, образцы). Выполнение движений различными частями тела в комплексе ОРУ раздельным способом. Совершенствования танцевальных элементов: вальса. Комплексы ОРУ для развития физических качеств. Контрольная работа №1 по теме «Гимнастическая терминология»	Карточки с заданиями по теме: «Гимнастическая терминология» Образцы конспектов комплексов ОРУ. Задания по теме «ОРУ и методика их проведения» Инструментарий для приема нормативов по ОФП	(2 часа). Учить основные термины. Подготовка к контрольным работам, микрозачету по теме: «Гимнастическая терминология» Запись 4-х ОРУ. Самостоятельное изучение литературы, указанной в лекции. Дополнительная литература:	Контрольная работа №1 Микрозачет: Терминологическая запись 4-х ОРУ.
5	ОРУ и методика их проведения	Лекция №3 (2 часа). 1. ОРУ – универсальное средство гимнастики.	Таблицы, рисунки, необходимые для	(2 часа). Конструирование 4-х общеразвивающих	

6	Средства гимнастики и методика их проведения (ОРУ, строевые упражнения, опорный прыжок, в/у, гимнастические залы и оборудование для занятий гимнастикой). Гимнастическая терминология.	2. Классификация ОРУ. Технология проведения ОРУ различными способами. 3. Приемы регулирования нагрузки в комплексе ОРУ и исправление ошибок у занимающихся. Практическое занятие (2 часа). Выполнение комплексов ОРУ проходным. Упражнения для рук, туловища, ног, общего воздействия, упражнения на осанку. Совершенствования танцевальных элементов: русского шага. Конструирование ОРУ. Знакомство с методикой проведения строевых упражнений. <u>Строевые упражнения:</u> строевые приемы, построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания. <u>Прикладные упражнения:</u> развитие двигательных качеств занимающихся, используя разновидности ходьбы, бега, прыжков, лазания, перелазание. <u>Вольные упражнения:</u> разучивание комплекса обязательных упражнений 3 разряда командной гимнастики. <u>Опорный прыжок:</u> стойка приземления, разбег-наскок на мостик, отталкивание ногами. <u>Учебная практика:</u> проведение 4-х ОРУ; строевых упражнений.	лекции и методического занятия. Карточки с контрольными работами по теме: «ОРУ и методика их проведения» Карточки по учебной практике в проведении строевых упражнений. Карточки для микрозачета по теме: «Висы и упоры».	упражнений по заданию преподавателя. Подготовка к контрольным работам по теме: «ОРУ и методика их проведения. (2 часа). Подготовка к проведению на подгруппе ОРУ. Овладение навыками создания представления об ОРУ, подачи команд для проведения упражнений, приемами регулирования нагрузки и исправления ошибок. Подготовка к учебной практике в проведении строевых упражнений. Подготовка по теме: «Гимнастическая терминология»	Конспект 4-х ОРУ Микрозачет в проведении 4-х ОРУ по заданию преподавателя. Микрозачет: показ с описанием висов и упоров.
7	Гимнастическая терминология. Средства гимнастики и методика их проведения (ОРУ, строевые	Практическое занятие (2 часа). Выполнение комплекса ОРУ проходным способом. Упражнения для рук, туловища, ног, общего воздействия, упражнения на осанку, расслабление. Совершенствования танцевальных элементов: вальса.	Карточки с контрольными работами по теме: «ОРУ и методика их проведения» Карточки по учебной практике в	2 часа). Подготовка к проведению на подгруппе ОРУ. Овладение навыками создания представления об ОРУ, подачи команд для проведения упражнений, приемами регулирования	Контрольная работа № 2 Микрозачет в проведении 4-х ОРУ по заданию преподавателя. Микрозачет:

упражнения, упражнения х/г, акробатические упражнения, гимнастические залы и оборудование для занятий гимнастикой).

Конструирование ОРУ и совершенствование навыка описания.
Строевые упражнения: строевые приемы, построения и перестроения, передвижения, размыкания и смыкания.
Прикладные упражнения: развитие двигательных качеств занимающихся, используя разновидности ходьбы, бега, прыжков, лазания, перелазание в эстафетах.
Упражнения художественной гимнастики: равновесие на одной другой назад; поворот переступанием, скрестно; открытый прыжок; взмах и расслабление.
Акробатика: группировка, разновидности перекатов в группировке.
Учебная практика: проведение 4-х ОРУ; строевых упражнений.

**Контрольная работа №2 по теме
 «Средства гимнастики и методика их проведения: строевые упражнения»**

Меры предупреждения травм на занятиях по гимнастике.

Средства гимнастики и методика их проведения (строевые упражнения, ОРУ, в/у, опорный прыжок).

Практические занятия (14 часов).
 Выполнение комплексов ОРУ поточным способами. Упражнения для рук, туловища, ног, общего воздействия, упражнения на развитие двигательных качеств.
 Совершенствования танцевальных элементов: польки.
 Учебная практика в проведении строевых

проведении строевых упражнений, с контрольной работой по данной теме.
 Карточки для микрозачета по теме: «Висы и упоры».

Карточки с контрольными работами по теме: «ОРУ и методика их проведения»
 Карточки по учебной практике в проведении строевых

нагрузки и исправления ошибок.
 Подготовка к учебной практике в проведении строевых упражнений.
 Подготовка по теме: «Гимнастическая терминология» - висы и упоры.

(2 часа). Изучить требования, предъявляемые к преподавателю и занимающимся в целях предупреждения травматизма; к местам занятий; виды травм и методический контроль.
 (14 часов). Подготовка к проведению на подгруппе ОРУ. Овладение навыками создания представления об ОРУ, подачи команд для проведения упражнений, приемами регулирования нагрузки

показ с описанием висов и упоров.

Реферат по теме: «Меры предупреждения травм на занятиях по гимнастике» (рукописный текст 10 стр.)

Микрозачет в проведении 4-х ОРУ по заданию преподавателя.

	Гимнастическая терминология. Особенности планирования и проведения урока по гимнастике в школе.	упражнений, конструировании ОРУ, формирование навыка точного описания упражнений. <u>Вольные упражнения:</u> разучивание комплекса обязательных упражнений 3 разряда командной гимнастики. <u>Опорный прыжок:</u> стойка приземления, разбег-наскок на мостик, отталкивание ногами. Знакомство с методикой проведения упражнений подготовительной части урока.	упражнений.	и исправления ошибок. Подготовка к учебной практике в проведении строевых упражнений. Подготовка по теме: «Гимнастическая терминология»	
15	Средства гимнастики и методика их проведения (строевые упражнения, ОРУ, упражнения на гимнастических снарядах, опорный прыжок) Физические качества и методика их развития в гимнастике.	Практическое занятие (2 часа). Методика проведения упражнений подготовительной части урока. Знакомство и совершенствование техники упражнений школьной программы по гимнастике. Освоение смешанных и простых висов и упоров на гимнастической стенке, брусьях параллельных и разновысоких и выполнение их в соединениях. Развитие физических качеств необходимых для успешного освоения упражнений на гимнастических снарядах. <u>Учебная практика:</u> формирование навыков показа, терминологического описания, конструирования, проведения ОРУ, исправления ошибок, умения использовать различные методические приемы организации и обучения. Контрольная работа №3 по теме «Средства гимнастики и методика их проведения: ОРУ и методика их проведения»	Дополнительная литература по темам: Карточки для микрозачета по теме: «Висы и упоры». Карточки с заданиями по теме: «Строевые упражнения», с контрольной работой №3	(2 часа). Отработка навыков проведения ОРУ и строевых упражнений. Подготовка к микрозачету. Развитие необходимых физических качеств, обуславливающих успешность качественного формирования навыков показа упражнений гимнастического многоборья, обеспечивающих освоение навыков помощи и страховки. Запись команд строевых упражнений и методики их проведения.	Микрозачет в проведении строевых упражнений по заданию преподавателя. Контрольная работа №3
16-18	Средства гимнастики и методика их	Практические занятия (6 часов). Методика проведения упражнений подготовительной части урока.	Литература по темам: 1. Гимнастика: Учебник для студ.	(6 часов). Отработка навыков проведения ОРУ и строевых упражнений,	Микрозачет в проведении строевых

проведения (строевые упражнения, ОРУ, упражнения на гимнастических снарядах, опорный прыжок) Физические качества и методика их развития в гимнастике

Совершенствование смешанных и простых висов и упоров на гимнастической стенке, брусьях параллельных и разновысоких и выполнение их в соединениях. Развитие физических качеств необходимых для успешного освоения упражнений на гимнастических снарядах. Микрозачёт в показе и описании висов и упоров.
Учебная практика: формирование навыков показа, конструирования, проведения ОРУ, исправления ошибок, умения использовать различные методические приемы организации и обучения. Микрозачет по проведению строевых, общеразвивающих и прикладных упражнений.

высш учеб. заведений/ под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – 6 изд. М. Академия, 2009. – 445 с.
2. Петров, П.К. Методика преподавания гимнастики в школе: Учебник для студентов высш. учеб. заведений / П.К. Петров. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.- 447с.
Карточки для микрозачета по теме: «Висы и упоры».
Карточки с заданиями по теме: «Строевые упражнения»

показа и описания висов и упоров. Подготовка к микрозачету. Развитие необходимых физических качеств, обуславливающих успешность качественного формирования навыков показа упражнений гимнастического многоборья, обеспечивающих освоение навыков помощи и страховки. Запись команд строевых упражнений и методики их проведения.

упражнений по заданию преподавателя. Микрозачет: показ с описанием висов и упоров.

2 семестр

1 Средства гимнастики и методика их проведения: упражнения на гимнастических снарядах и опорный прыжок

Лекция (2 часа). 1. Истоки возникновения, специфические особенности упражнений на гимнастических снарядах и опорных прыжков. 2. Классификация упражнений на гимнастических снарядах. 3. Классификация опорных прыжков. 4. Требования, предъявляемые к выполнению, и особенности соревновательной деятельности.

Текст лекции, мультимедийное сопровождение. Литература: 1. Гимнастика: Учебник для студ. высш учеб. заведений/ под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – 6 изд. М. Академия, 2009. – 445 с.

(2 часа). Самостоятельное изучение литературы, просмотр соревнований по спортивной гимнастике, подготовка к опросу по теме лекции, развитие физических качеств необходимых для освоения упражнений на снарядах.

Опрос.

2 Средства

Практическое занятие (2 часа).

Технологическая

(2 часа).

Дифференциров

	гимнастики и методика их проведения (строевые, ОРУ, упражнения на гимнастических снарядах, опорный прыжок). Гимнастическая терминология. Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям.	Совершенствование строевых упражнений игровым способом. Поточный способ проведения ОРУ. Совершенствование танцевальных шагов польки. Методический разбор техники выполнения фаз прыжка (стойка приземления, разбег-наскок на мостик, отталкивание ногами, руками) и осуществления страховки, помощи. <u>Перекладина</u> : размахивания, подъем переворотом силой, соскок махом назад. <u>Брусья р/в</u> : размахивания изгибами; подъем переворотом махом одной и толчком другой в упор на н/ж с помощью; соскок углом из седа на бедре. <u>Учебная практика</u> : формирование и совершенствование навыков показа, описания, страховки и помощи при выполнении упражнений на гимнастических снарядах.	разработка обучения технике фаз прыжка. Карточки с заданиями по учебной практике. Варианты записи комплексов ОРУ выполняемых поточным способом.	Повторение терминологии ОРУ и строевых упражнений. Самостоятельное повторение технологии проведения ОРУ поточным способом. Запись в тетрадь упражнений для освоения фаз опорного прыжка. Развитие силы рук и брюшного пресса: подтягивания на перекладине, из виса- вис углом на гимнастической стенке.	анная оценка по теме «Средства гимнастики и методика их проведения»
3	Средства гимнастики и методика их проведения: упражнения художественной гимнастики	Лекция (2 часа). 1. Истоки возникновения и специфические особенности упражнений художественной гимнастики. 2. Классификация упражнений художественной гимнастики. 3. Индивидуальные и групповые упражнения как вид спортивной деятельности. 4. Требования, предъявляемые к их выполнению, и особенности оценивания качества в условиях соревновательной деятельности.	Литература: 1. Художественная гимнастика: учебник / ред. Л.А. Карпенко. - М., 2003. - 408 с. 2. Баршай, В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 314 с. : ил.	(2 часа). Самостоятельное изучение литературы по теме лекции, подготовка к опросу и практическому решению задач на занятиях по гимнастике.	Опрос.
4	Средства гимнастики и методика их проведения (строевые, ОРУ,	Практическое занятие (2 часа). Совершенствование строевых упражнений игровым способом. Учебная практика в проведении подготовительной части урока по	Литература: 1. Лагутин, А.Б. Гимнастика в вопросах и ответах : учеб. пособие / А.Б.	(2 часа). Совершенствование навыков самоорганизации: разработка конспекта, подготовка теоретическая,	Дифференцированная оценка.

	упражнения на гимнастических снарядах, упражнения художественной гимнастики). Гимнастическая терминология. Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям.	гимнастике. Методический разбор техники выполнения упражнений художественной гимнастики (взмахи, расслабления, волны; равновесия, повороты, прыжки). <u>Бревно</u> : разновидности передвижений; соскок прогнувшись, поворот на носках. <u>Брусья параллельные</u> : размахивания в упорах, упор углом, соскок махом назад. <u>Учебная практика</u> : формирование и совершенствование навыков организации и проведения упражнений подготовительной части школьного урока по заранее разработанному конспекту (по заданию). Задания по проведению подготовительной части в целом.	Лагутин, Г.М. Михалина. - М. : Физическая культура, 2010. - 144 с. 2. Баршай, В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 314 с. : ил. Карточки с заданиями по проведению фрагментов подготовительной части урока.	двигательная к проведению фрагментов урока. Изучение специальной литературы по технологии проведения подготовительной части урока.	
5	Средства гимнастики и методика их проведения: вольные и акробатические упражнения	Лекция (2 часа). 1. Истоки возникновения и специфические особенности вольных и акробатических упражнений. 2. Содержание и классификация вольных упражнений. 3. Классификация акробатических упражнений. 4. Требования, предъявляемые к их выполнению, и особенности соревновательной деятельности.	Текст лекции, мультимедийное сопровождение. Литература: Лагутин, А.Б. Гимнастика в вопросах и ответах : учеб. пособие / А.Б. Лагутин, Г.М. Михалина. - М. : Физическая культура, 2010. - 144 с.	(2 часа). Самостоятельное изучение литературы по теме лекции, подготовка к опросу и практическому решению задач на занятиях по гимнастике.	Опрос .
6	Средства гимнастики и методика их проведения (строевые, ОРУ, вольные и акробатические	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика в проведении подготовительной части урока по гимнастике. Методический разбор техники выполнения упражнений акробатики (перекаты, кувырки, стойка на лопатках, на голове и руках, стойка на руках, «колесо»),	Литература: 3. Лагутин, А.Б. Гимнастика в вопросах и ответах : учеб. пособие / А.Б. Лагутин, Г.М. Михалина. - М. :	(2 часа). Совершенствование навыков самоорганизации: разработка конспекта, подготовка теоретическая, двигательная к проведению урока.	Дифференцированная оценка. Микрозачёт по проведению подготовительной части урока.

	упражнения).	страховки и помощи.	Физическая культура, 2010. - 144 с.		
	Гимнастическая терминология.	<u>Совершенствование вольных упражнения командной гимнастики на 64 счёта.</u>	4. Баршай, В.М.		
	Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям.	<u>Учебная практика:</u> формирование и совершенствование навыков организации и проведения упражнений подготовительной части школьного урока по заранее разработанному конспекту (по заданию).	Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 314 с. : ил. Карточки с заданиями по проведению подготовительной части урока.		
7	Средства гимнастики и методика их проведения: меры предупреждения травматизма на занятиях гимнастике	Лекция (2 часа). Причины травматизма и меры по их предупреждению. Виды травм при занятиях гимнастикой и правила оказания первой медицинской помощи. Виды помощи и страховки, техника выполнения и требования предъявляемые к страхующему.	Литература: Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440.	(2 часа). Самостоятельное изучение литературы по теме лекции, подготовка к опросу и практическому решению задач на занятиях по гимнастике.	Опрос.
8	Средства гимнастики и методика их проведения (строевые, упражнения на ОРУ, гимнастических снарядах, акробатические упражнения, меры предупреждения травматизма). Гимнастическая терминология. Техника и технологии обучения	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика в проведении подготовительной части урока по гимнастике. Методический разбор техники выполнения упражнений на брусьях <u>параллельных:</u> размахивания в упорах, подъем махом вперед, назад; соскок махом вперед, назад. <u>Брусья р/в:</u> размахивания изгибами; подъем переворотом махом одной и толчком другой в упор на н/ж; соскок углом из седа на бедре. Разучивание комбинации акробатических упражнений: 1) кувырок вперёд - перекатом назад стойка на лопатках - перекатом вперёд сед	Литература: 1. Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440. Баршай, В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 314 с. : ил. Критерии оценки	(2 часа). Изучение специальной литературы по методике проведения подготовительной части урока. Совершенствование навыков самоорганизации: разработка конспекта, подготовка теоретической, двигательная к проведению урока. Самостоятельное развитие физических качеств, необходимых для освоения	Дифференцированная оценка. Микрозачёт по проведению подготовительной части урока. Контрольная работа №1 по теме «Средства гимнастики и методика их проведения»

гимнастическим упражнениям.	углом, руки в стороны – лечь, гимнастический «мост» - поворотом кругом упор присев – кувырок назад – прыжок вверх прогнувшись в стойку приземления (девушки); 2) длинный кувырок – перекатом назад стойка на лопатках – перекатом вперёд упор присев и разгибаясь упор - стойка на голове и руках силой – упор лежа и прыжком упор присев – кувырок назад – встать, переворот в сторону («колесо») – приставляя ногу, прыжок с поворотом кругом в стойку приземления (юноши). Контрольная работа №1 по теме «Средства гимнастики и методика их проведения» Формирование и совершенствование навыков организации и проведения упражнений подготовительной части школьного урока по заранее разработанному конспекту (по заданию).	подготовленности к проведению и проведения подготовительной части урока. Карточки с контрольной работой №1.	упражнений гимнастического многоборья. Подготовка к написанию контрольной работы №1.	
9 Средства гимнастики и методика их проведения (строевые, ОРУ, опорный прыжок, акробатические и вольные упражнения, меры предупреждения травматизма). Гимнастическая терминология. Техника и технологии обучения	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика в проведении подготовительной части урока по гимнастике. Методический разбор техники выполнения упражнений на <u>бревне</u>: разновидности передвижений; соскок прогнувшись, поворот на носках. <u>Опорный прыжок</u> с наскоком на стол и соскоком прогнувшись в стойку приземления (ж); согнув ноги (м). Совершенствование комбинации <u>акробатических упражнений</u>: 1) кувырок вперёд - перекатом назад стойка на лопатках - перекатом вперёд сед углом, руки в стороны – лечь,	Литература: 1. Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440. Баршай, В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 314 с. : ил.	(2 часа). Изучение специальной литературы по методике проведения подготовительной части урока. Совершенствование навыков самоорганизации: разработка конспекта, подготовка теоретическая, двигательная к проведению урока. Самостоятельное развитие	Дифференцированная оценка. Микрозачёт по проведению подготовительной части урока.

	гимнастическим упражнениям.	гимнастический «мост» - поворотом кругом упор присев – кувырок назад – прыжок вверх прогнувшись в стойку приземления (девушки); 2) длинный кувырок – перекатом назад стойка на лопатках – перекатом вперёд упор присев и разгибаясь упор - стойка на голове и руках силой – упор лежа и прыжком упор присев – кувырок назад – встать, переворот в сторону («колесо») – приставляя ногу, прыжок с поворотом кругом в стойку приземления (юноши). Задания по проведению заключительной части школьного урока.	Критерии оценки подготовленности и проведения подготовительной части урока.	физических качеств, необходимых для освоения упражнений гимнастического многоборья.	
10	Средства гимнастики и методика их проведения (ОРУ, упражнения х/г, упражнения на снарядах, меры предупреждения травматизма). Гимнастическая терминология. Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям.	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика в проведении подготовительной и заключительной частей урока по гимнастике. Методический разбор технологии обучения упражнениям на брусьях разновысоких и перекладине: размахивания (перекладина и размахивания изгибами (<u>брусья р/в</u>) подъем переворотом махом одной и толчком другой и силой (перекладина) в упор; перемахи в упорах; соскок махом назад. <u>Брусья параллельные:</u> размахивания в упорах, упор углом. <u>Упражнения художественной гимнастики:</u> освоение кругов, вращений, взмахов, бросков и перекатов обручем (<u>ж</u>). <u>Учебная практика:</u> формирование и совершенствование навыков организации и проведения упражнений подготовительной и заключительной	Литература: 1. Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440. Баршай, В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 314 с. : ил. Критерии оценки подготовленности и проведения подготовительной (заключительной) части урока.	(2 часа). Изучение специальной литературы по методике проведения подготовительной и заключительной частей урока. Совершенствование навыков самоорганизации: разработка конспекта, подготовка теоретическая, двигательная к проведению урока. Самостоятельное развитие физических качеств, необходимых для освоения упражнений гимнастического многоборья. Подготовка к написанию	Дифференцированная оценка. Микрозачёт по проведению подготовительной и заключительной частей урока. Контрольная работа №2 по теме «Средства гимнастики и методика их проведения»

		частей школьного урока по заранее разработанному конспекту (по заданию).	Контрольная работа №2 по теме «Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям»	Карточки с контрольной работой №2	контрольной работы №2.	
11	Средства гимнастики и методика их проведения (ОРУ, упражнения х/г, упражнения на снарядах, меры предупреждения травматизма). Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям. Физические качества и методика их развития в гимнастике.	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика в проведении подготовительной и заключительной частей урока по гимнастике. <u>Художественная гимнастика:</u> Знакомство и освоение отбивов, бросков, кругов, взмахов, восьмёрок и перекатов мяча. <u>Бревно:</u> разновидности передвижений; соскок прогнувшись, поворот на носках. <u>Перекладина:</u> размахивания, подъем переворотом силой, перемахи в упоре; соскок махом назад. Ритмическая гимнастика как средство развития физических качеств (10мин.) Формирование и совершенствование навыков организации и проведения упражнений подготовительной и заключительной частей школьного урока по заранее разработанному конспекту (по заданию).	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика в проведении подготовительной и заключительной частей урока по гимнастике. <u>Художественная гимнастика:</u> Знакомство и освоение отбивов, бросков, кругов, взмахов, восьмёрок и перекатов мяча. <u>Бревно:</u> разновидности передвижений; соскок прогнувшись, поворот на носках. <u>Перекладина:</u> размахивания, подъем переворотом силой, перемахи в упоре; соскок махом назад. Ритмическая гимнастика как средство развития физических качеств (10мин.) Формирование и совершенствование навыков организации и проведения упражнений подготовительной и заключительной частей школьного урока по заранее разработанному конспекту (по заданию).	Литература: Медведева, Е.Н. Технология формирования профессионально-педагогических умений на занятиях по гимнастике: учебное пособие для самостоятельной работы студентов/ Е.Н. Медведева, В.Н.Шляхтов, В.А.Солодянников, Л.Ф.Корнеева, Ю.В.Парохина, О.А.Поликарпова. - М.: Физическая культура, 2005. – 128с. Критерии оценки подготовленности и проведения подготовительной (заключительной) части урока.	(2 часа). Изучение специальной литературы по методике проведения подготовительной и заключительной частей урока. Совершенствование навыков самоорганизации: разработка конспекта, подготовка теоретическая, двигательная к проведению урока. Самостоятельное развитие физических качеств, необходимых для освоения упражнений гимнастического многоборья.	Дифференцированная оценка. Микрозачёт по проведению подготовительной и заключительной частей урока.
12	Средства гимнастики и методика их проведения (ОРУ, упражнения х/г,	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика в проведении подготовительной и заключительной частей урока по гимнастике. <u>Художественная гимнастика:</u> Знакомство и	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика в проведении подготовительной и заключительной частей урока по гимнастике. <u>Художественная гимнастика:</u> Знакомство и	Литература: Медведева, Е.Н. Технология формирования профессионально-	(2 часа). Изучение специальной литературы по методике проведения подготовительной и	Дифференцированная оценка. Микрозачёт по проведению

	упражнения на снарядах, меры предупреждения травматизма). Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям. Физические качества и методика их развития в гимнастике.	освоение прыжков, вращений, кругов, восьмёрок, взмахов, бросков, отбивов скакалкой. <u>Брусья параллельные</u> : Совершенствование размахиваний в упорах, подъема махом вперед, назад; соскока махом вперед, назад; упора углом в соединениях. <u>Опорный прыжок</u> с наскоком на стол и соскоком прогнувшись в стойку приземления (ж); согнув ноги (м). Ритмическая гимнастика как средство развития физических качеств (10мин.) Формирование и совершенствование навыков организации и проведения упражнений подготовительной и заключительной частей школьного урока по заранее разработанному конспекту (по заданию).	педагогических умений на занятиях по гимнастике: учебное пособие для самостоятельной работы студентов/ Е.Н. Медведева, В.Н.Шляхтов, В.А.Солодянников, Л.Ф.Корнеева, Ю.В.Парохина, О.А.Поликарпова. - М.: Физическая культура, 2005. – 128с. Критерии оценки подготовленности и проведения подготовительной (заключительной) части урока.	заключительной частей урока. Совершенствование навыков самоорганизации: разработка конспекта, подготовка теоретическая, двигательная к проведению урока. Самостоятельное развитие физических качеств, необходимых для освоения упражнений гимнастического многоборья.	подготовительной и заключительной частей урока.
13	Средства гимнастики и методика их проведения (ОРУ, упражнения х/г, упражнения на снарядах, меры предупреждения травматизма). Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям. Физические качества и методика их	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика в проведении подготовительной и заключительной частей урока по гимнастике. <u>Художественная гимнастика</u> : разучивание комбинации упражнений с обручем на 64 счёта. <u>Перекладина</u> : совершенствование размахиваний, подъема переворотом силой, перемахов в упоре; соскока махом назад в соединениях. <u>Брусья р/в</u> : размахивания изгибами; подъем переворотом махом одной и толчком другой в упор на н/ж; соскок углом из седа на бедре.	Литература: Е.Н.Медведева Фитнес-аэробика в системе физического воспитания студентов / Медведева Е.Н., Стречкая Ю.В., Муштукова О.В. // Учебно-методическое пособие.- Великие Луки: Редакционно-издательский отдел ФГОУ ВПО «Великолукская ГСХА», 2009. – 50 с.	(2 часа). Изучение специальной литературы по методике проведения подготовительной и заключительной частей урока. Совершенствование навыков самоорганизации: разработка конспекта, подготовка теоретическая, двигательная к проведению урока. Самостоятельное развитие физических качеств,	Дифференцированная оценка. Микрозачёт по проведению подготовительной и заключительной частей урока.

развития в гимнастике.	Ритмическая гимнастика как средство развития физических качеств (10мин.) Формирование и совершенствование навыков организации и проведения упражнений подготовительной и заключительной частей школьного урока по заранее разработанному конспекту (по заданию).		необходимых для освоения упражнений гимнастического многоборья.	
14-23 Особенности планирования и проведения урока по гимнастике в школе. Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям. Физические качества и методика их развития в гимнастике.	Практические занятия (20 часов). Совершенствование строевых и прикладных упражнений, разминка в форме ритмической гимнастики. <u>Художественная гимнастика:</u> разучивание комбинации упражнений с мячом на 64 счёта. Овладение зачетными комбинациями гимнастического многоборья с элементами школьной программы: Совершенствование комбинации командной гимнастики 3 юн. разряда на 64 счёта. Развитие физических качеств сопряжённым способом. Учебная практика в проведении заключительной части урока по гимнастике (по заданию).	Литература: Медведева, Е.Н. Технология формирования профессионально-педагогических умений на занятиях по гимнастике: учебное пособие для самостоятельной работы студентов/ Е.Н. Медведева, В.Н.Шляхтов с соавт. - М.: Физическая культура, 2005. – 128с. Требования по технической подготовке.	(20 часов). Изучение специальной литературы по методике проведения заключительной части урока. Совершенствование навыков самоорганизации: разработка конспекта, подготовка теоретическая, двигательная к проведению урока. Самостоятельное развитие физических качеств, необходимых для освоения упражнений гимнастического многоборья.	Дифференцированная оценка. Микрозачёт по проведению заключительной части урока.
24-25 Средства гимнастики и методика их проведения. Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям.	Практические занятия (4 часа). Совершенствование строевых и прикладных упражнений, разминка в форме ритмической гимнастики. <u>Микрозачёт</u> по технической подготовке: комбинации гимнастического многоборья с элементами школьной программы: Сдача норм ОФП.	Литература: Медведева, Е.Н. Технология формирования профессионально-педагогических умений на занятиях по гимнастике: учебное	(4 часа). Совершенствование навыков самоорганизации: двигательная подготовка и развитие физических качеств, необходимых для освоения упражнений гимнастического	<u>Микрозачёт</u> по технической подготовке и ОФП.

Физические качества и методика их развития в гимнастике.

Подведение итогов освоения дисциплины за 1 и 2 семестры.

пособие для самостоятельной работы студентов/
Е.Н. Медведева,
В.Н.Шляхтов с соавт.
- М.: Физическая культура, 2005. – 128с.
Вопросы к зачёту.

многоборья и сдачи норм ОФП.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ЗАЧЁТ

3 семестр

1	Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики. Лекция (2 часа). Структура физических качеств в гимнастике, их значение для достижения результатов. Сила, ее проявления в гимнастике. Режимы работы мышц при выполнении упражнений в гимнастике. Абсолютная и относительная сила. Силовые упражнения, применяемые в гимнастике. Гибкость, ее проявления в гимнастике. Активные и пассивные упражнения для развития гибкости. Быстрота, виды быстроты, гимнастические упражнения для ее развития.	Лекционный материал. Литература: 1.Баршай, В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 314 с. : ил. 2.Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440.	(2 часа). Изучение специальной литературы по вопросам методики развития физических качеств вообще и в гимнастике, в частности. Подготовка к контрольной работе, опросу.	Опрос.
2	Гимнастическая терминология. Средства гимнастики и методика их проведения. Физические качества и особенности их Практическое занятие (2 часа). Выполнение ОРУ комплексного характера: для развития силы, гибкости, формирования правильной осанки. Эстафета с прикладными упражнениями (лазание, перелазание, упражнения в равновесии). Контрольные испытания по ОФП.	Литература: Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440.	(2 часа). Изучение специальной литературы по темам занятия. Повторение терминологии ОРУ без предмета и с предметами, формы записи упражнений. Развития физических качеств, необходимых для	Дифференцированная оценка. Микрозачёт по ОФП.

	развития средствами гимнастики.	Совершенствование строевых упражнений в заключительной части школьного урока.	Нормативные требования по общей физической подготовке.	успешного освоения упражнений гимнастического многоборья.	
3	Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям.	Лекция (2 часа). Классификация и характеристика гимнастических упражнений на снарядах, опорных прыжков, акробатических упражнений. Основы техники статических упражнений и силовых перемещений. Основы техники маховых упражнений. Силы, действующие на гимнаста при выполнении упражнений. Определения понятий методики и технологии обучения. Содержание технологической схемы обучения гимнастических упражнений (виды готовности, методы, практические задания, ошибки, их причины, методические приемы их устранения).	Литература: Медведева, Е.Н. Технология формирования профессионально-педагогических умений на занятиях по гимнастике: учебное пособие для самостоятельной работы студентов/ Е.Н. Медведева, В.Н.Шляхтов с соавт. - М.: Физическая культура, 2005. – 128с.	(2 часа). Изучение специальной литературы, подготовка к опросу, практическому занятию, контрольной работе. Просмотр соревнований по спортивной, художественной гимнастике	Опрос.
4	Гимнастическая терминология. Средства гимнастики и методика их проведения. Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики.	Практическое занятие (2 часа). Проходной способ проведения (в обход) ОРУ с разбором технологии. Методика проведения ОРУ в различных частях урока в зависимости от задач, возраста и подготовленности занимающихся. Учебная практика по проведению ОРУ с предметами раздельным способом. Отработка умений: показа, объяснения упражнений, подачи команд, исправления ошибок, оказания помощи подсчетом, подсказом, подсказывающим показом. Совершенствование строевых упражнений различными способами, включая данные средства в подготовительную и	Литература: Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440. Литература: Медведева, Е.Н. Технология формирования профессионально-педагогических умений на занятиях по	(2 часа). Разработка содержательной основы конспекта и подготовка к учебной практике по проведению ОРУ проходным способом. Самостоятельно разучить комплекс ритмической гимнастики, предложенный преподавателем, подобрать соответствующие методические указания к каждому упражнению, научиться выполнять движения в соответствии с	Дифференцированная оценка.

		заключительную части школьного урока. Игры с прикладными упражнениями (лазание, перелазание, упражнения в равновесии). Силовые упражнения, применяемые в гимнастике. Гибкость, ее проявления в гимнастике. Активные и пассивные упражнения для развития гибкости. Проведение комплекса ОРУ в форме ритмической гимнастики (учебная практика).	гимнастике: учебное пособие для самостоятельной работы студентов/ Е.Н. Медведева, В.Н.Шляхтов с соавт. - М.: Физическая культура, 2005. – 128с.	музыкальным сопровождением.	
5	Особенности планирования и проведения урока по гимнастике в школе	Лекция (2 часа). Предпосылки и требования к планированию учебного материала по гимнастике в школе. Взаимосвязь основных документов планирования (программа, четвертной план-график, конспект урока). Формирование двигательной функции школьников средствами гимнастики. Методические требования к проведению подготовительной, основной и заключительной частей урока. Нагрузка и плотность в уроке. Управление нагрузкой на уроке.	Лекционный материал. Образцы документов планирования. Литература: Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440.	(2 часа). Изучение специальной литературы по вопросам методики планирования содержания школьного урока. Изучение документов планирования. Подготовка к опросу по теме и к контрольной работе.	Опрос.
6	Гимнастическая терминология. Средства гимнастики и методика их проведения. Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики.	Практическое занятие (2 часа). Совершенствование строевых упражнений различными способами в подготовительной и заключительной частях урока. Учебная практика по проведению ОРУ проходным способом. Отработка умений: показа, объяснения упражнений, подачи команд, исправления ошибок, оказания помощи подсчетом, подсказом, подсказывающим показом (микрозачет). Показ зачётного комплекса ритмической	Литература: Медведева, Е.Н. Технология формирования профессионально-педагогических умений на занятиях по гимнастике: учебное пособие для самостоятельной работы студентов/ Е.Н. Медведева,	(2 часа). Разработка содержательной основы конспекта и подготовка к учебной практике по проведению ОРУ проходным способом. Самостоятельно разучить комплекс ритмической гимнастики, предложенный преподавателем, подобрать соответствующие методические указаний к	Дифференцированная оценка. Контрольная работа №1.

гимнастики, в соответствии с терминологической записью. Упражнения прикладного характера для развития физических качеств на гимнастических снарядах, прыжки. Прикладная полоса препятствий. Быстрота, виды быстроты, гимнастические упражнения для ее развития. Развитие координации движений в общеразвивающих упражнениях с предметами (гантели).

Контрольная работа №1 по теме «Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики»

Практическое занятие (2 часа).

Совершенствование строевых упражнений различными способами в подготовительной (Р.Г.) и заключительной частях урока.

Учебная практика по проведению ОРУ проходным способом. Отработка умений: показа, объяснения упражнений, подачи команд, исправления ошибок, оказания помощи подсчетом, подсказом, подсказывающим показом (микрозачет).

Микрозачёт по демонстрации комплекса ритмической гимнастики.

Разбор технологий обучения:

Акробатика: кувырок, кувырок назад, длинный кувырок, стойка на руках, стойка на голове и руках, стойка на руках, в кувырок вперед (м), « колесо», перекаат в сторону и круговой перекаат.

Бревно: разновидности передвижений: из упора стоя на правом колене, соскок махом назад, поворот махом вперед

В.Н.Шляхтов с соавт. - М.: Физическая культура, 2005. – 128с.

Образец записи комплекса ритмической гимнастики.

Карточки с контрольной работой №1.

каждому упражнению, научиться выполнять движения в соответствии с музыкальным сопровождением. Подготовка к контрольной работе №1.

7 Средства гимнастики и методика их проведения Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики.

Литература:

1. Баршай, В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 314 с. : ил.

2. Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440.

3. Лагутин, А.Б. Гимнастика в вопросах и ответах : учеб. пособие / А.Б. Лагутин, Г.М. Михалина. - М. :

(2 часа). Самостоятельное изучение специальной литературы по теме «Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики». Разработка содержательной основы конспекта и подготовка к учебной практике по проведению ОРУ проходным способом, развитию физических качеств. Нарботка навыков показа комплекса ритмической гимнастики, предложенного преподавателем, подобрать соответствующие методические указаний к каждому упражнению, научиться выполнять

Дифференцированная оценка по демонстрации комплекса Р.Г.

Микрозачет по проведению ОРУ проходным способом.

Микрозачет по проведению комплекса для развития физических качеств.

	(назад). Упражнения на гимнастических снарядах: опорные прыжки. <u>Опорный прыжок</u>: прыжок согнув ноги (ж); прыжок ноги врозь (м). <u>Брусья параллельные</u>: размахивания, подъём махом вперёд, упор углом, соскок махом вперёд и назад. Методический разбор написания конспекта технологической разработки обучения гимнастическому элементу, задания по учебной практике. <i>Учебная практика</i>: проведение фрагмента школьного урока – комплекса упражнений для развития физического качества по заданию преподавателя (или в уроке) – микрозачет.	Физическая культура, 2010. - 144 с. 4. Художественная гимнастика: учебник / ред. Л.А. Карпенко. - М., 2003. - 408 с. Образец технологической разработки обучения гимнастическому элементу.	движения в соответствии с музыкальным сопровождением. Развитие физических качеств, необходимых для успешного освоения технических элементов школьной программы по гимнастики.		
8	Средства гимнастики и методика их проведения Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики.	Практическое занятие (2 часа). Совершенствование строевых упражнений различными способами в подготовительной (Р.Г.) и заключительной частях урока. Учебная практика по проведению ОРУ проходным способом (микрозачет). Микрозачёт по демонстрации комплекса ритмической гимнастики. Разбор технологий обучения: <u>Перекладина</u>: подъём переворотом силой в упор, оборот назад в упоре, мах дугой, соскок махом назад. <u>Брусья разной высоты</u>: размахивания изгибами, подъём переворотом из виса присев махом одной и толчком другой в упор на в/ж; из упора на в/ж спад в вис лежа на н/ж; из седа углом соскок с поворотом на 180 гр.	Литература: 1. Баршай, В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 314 с. : ил. 2. Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440. 3. Лагутин, А.Б. Гимнастика в вопросах и ответах : учеб. пособие / А.Б.	(2 часа). Самостоятельное изучение специальной литературы по теме «Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики». Разработка содержательной основы конспекта и подготовка к учебной практике по проведению ОРУ проходным способом, развитию физических качеств. Нарработка навыков показа комплекса ритмической гимнастики, предложенного преподавателем, подобрать соответствующие	Дифференцированная оценка по демонстрации комплекса Р.Г. Микрозачет по проведению ОРУ проходным способом. Микрозачет по проведению комплекса для развития физических качеств.

	Упражнения на гимнастических снарядах (бревно, акробатика). <u>Бревно:</u> равновесия, прыжки со сменой положения ног в III позиции, шаг полки, вскок перемахом правой в упоре. <u>Акробатика:</u> стойка на голове и руках, стойка на руках, переворот боком. <u>Учебная практика:</u> наработка приемов технологий обучения: помощь и страховка; выявление ошибок, определение их причин. <u>Учебная практика:</u> проведение фрагмента школьного урока – комплекса упражнений для развития физического качества по заданию преподавателя (или в уроке) – микрозачет.	Лагутин, Г.М. Михалина. - М. : Физическая культура, 2010. - 144 с. 4. Художественная гимнастика: учебник / ред. Л.А. Карпенко. - М., 2003. - 408 с.	методические указания к каждому упражнению, научиться выполнять движения в соответствии с музыкальным сопровождением. Развитие физических качеств, необходимых для успешного освоения технических элементов школьной программы по гимнастике.	
9 Средства гимнастики и методика их проведения. Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям. Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики.	Практическое занятие (2 часа). Совершенствование строевых упражнений различными способами в подготовительной части урока. Учебная практика по проведению ОРУ проходным способом (микрозачет). Разбор технологий обучения: Брусья параллельные: размахивания, подъём махом вперёд и назад, соскок махом вперёд и назад, стойка на плечах, кувырок вперед. Опорный прыжок: прыжок согнув ноги и ноги врозь. <u>Упражнения художественной гимнастики:</u> позиции рук и ног. Упражнения на гимнастических снарядах: <u>Брусья р/в:</u> упор на н/ж - перемах в упоре на н/ж - вис лежа на н/ж – подъём переворотом в упор на в/ж -из упора на в/ж мах дугой в вис лежа на н/ж.	Литература: 1.Медведева, Е.Н. Технология формирования профессионально-педагогических умений на занятиях по гимнастике: учебное пособие для самостоятельной работы студентов/ Е.Н. Медведева, В.Н.Шляхтов с соавт. - М.: Физическая культура, 2005. – 128с. 2.Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К.	(2 часа). Самостоятельное изучение специальной литературы по теме «Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики». Разработка содержательной основы конспекта и подготовка к учебной практике по проведению ОРУ проходным способом, развитию физических качеств. Развитие физических качеств, необходимых для успешного освоения технических элементов школьной программы по гимнастике.	Микрозачет по проведению ОРУ проходным способом. Микрозачет по проведению комплекса для развития физических качеств.

Перекладина: подъем переворотом силой в упор, мах дугой из упора в вис.

Учебная практика: проведение фрагмента школьного урока – комплекса упражнений для развития физического качества по заданию преподавателя (или в уроке) – микрозачет.

Меньшиков. - 4-е изд.,
испр. - М.: Академия,
2006. - 448с.+ прил.:
с.427-440.

3.Лагутин, А.Б.

Гимнастика в
вопросах и ответах :
учеб. пособие / А.Б.

Лагутин, Г.М.

Михалина. - М. :

Физическая культура,
2010. - 144 с.

4.Художественная
гимнастика: учебник /
ред. Л.А. Карпенко. -
М., 2003. - 408 с.

Литература:

1.Медведева, Е.Н.

Технология
формирования
профессионально-
педагогических
умений на занятиях по
гимнастике: учебное
пособие для
самостоятельной
работы студентов/
Е.Н. Медведева,
В.Н.Шляхтов с соавт.
- М.: Физическая
культура, 2005. –
128с.

Зачётные комбинации
и требования к их
выполнению.

Литература:

(2 часа). Самостоятельное
изучение специальной
литературы по теме
«Физические качества и
особенности их развития
средствами гимнастики».

Разработка содержательной
основы конспекта и
подготовка к учебной
практике по проведению
обучения гимнастическому
элементу и развитию
физических качеств.

Развитие физических
качеств, необходимых для
успешного освоения
технических элементов
школьной программы по
гимнастике.

(2 часа). Самостоятельное Микрозачет по

10 Средства
гимнастики и
методика их
проведения.
Техника и
технологии обучения
гимнастическим
упражнениям.
Физические качества
и особенности их
развития средствами
гимнастики.

Практическое занятие (2 часа). Разбор
методики проведения ОРУ поточным
способом. Совершенствование навыков
проведения строевых упражнений в играх
и учебных заданиях.

Учебная практика по обучению
гимнастическому элементу. (микрозачёт).
Разучивание зачётных комбинаций
гимнастического многоборья: акробатика,
брусья.

Учебная практика: проведение фрагмента
школьного урока – комплекса упражнений
для развития физического качества по
заданию преподавателя (или в уроке) –
микрозачет.

11 Средства

Практическое занятие (2 часа).

Микрозачет по

	гимнастики и методика их проведения. Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям. Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики.	Учебная практика в проведении ОРУ поточным способом. Совершенствование навыков проведения строевых упражнений в играх и учебных заданиях. Учебная практика по обучению гимнастическому элементу. (микрозачёт). Разучивание зачётных комбинаций гимнастического многоборья: бревно, перекладина. <i>Учебная практика:</i> проведение фрагмента школьного урока – комплекса упражнений для развития физического качества по заданию преподавателя (или в уроке) – микрозачет.	1.Медведева, Е.Н. Технология формирования профессионально-педагогических умений на занятиях по гимнастике: учебное пособие для самостоятельной работы студентов/ Е.Н. Медведева, В.Н.Шляхтов с соавт. - М.: Физическая культура, 2005. – 128с. Зачётные комбинации и требования к их выполнению. Литература: 1.Медведева, Е.Н. Технология формирования профессионально-педагогических умений на занятиях по гимнастике: учебное пособие для самостоятельной работы студентов/ Е.Н. Медведева, В.Н.Шляхтов с соавт. - М.: Физическая культура, 2005. – 128с. Зачётные комбинации и требования к их	изучение специальной литературы по теме «Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики». Разработка содержательной основы конспекта и подготовка к учебной практике по проведению обучения гимнастическому элементу и развитию физических качеств. Развитие физических качеств, необходимых для успешного освоения технических элементов школьной программы по гимнастике. (2 часа). Самостоятельное изучение специальной литературы по теме «Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики». Разработка содержательной основы конспекта и подготовка к учебной практике по проведению обучения гимнастическому элементу и развитию физических качеств. Развитие физических качеств, необходимых для успешного освоения технических элементов школьной программы по	обучению гимнастическому элементу. Микрозачет по проведению комплекса для развития физических качеств. Микрозачет по обучению гимнастическому элементу. Микрозачет по проведению комплекса для развития физических качеств.
12	Средства гимнастики и методика их проведения. Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям. Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики.	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика в проведении ОРУ поточным способом. Совершенствование навыков проведения строевых упражнений в играх и учебных заданиях. Учебная практика по обучению гимнастическому элементу. (микрозачёт). Совершенствование зачётных комбинаций гимнастического многоборья: акробатика, опорный прыжок.. <i>Учебная практика:</i> проведение фрагмента школьного урока – комплекса упражнений для развития физического качества по заданию преподавателя (или в уроке) – микрозачет.	1.Медведева, Е.Н. Технология формирования профессионально-педагогических умений на занятиях по гимнастике: учебное пособие для самостоятельной работы студентов/ Е.Н. Медведева, В.Н.Шляхтов с соавт. - М.: Физическая культура, 2005. – 128с. Зачётные комбинации и требования к их	изучение специальной литературы по теме «Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики». Разработка содержательной основы конспекта и подготовка к учебной практике по проведению обучения гимнастическому элементу и развитию физических качеств. Развитие физических качеств, необходимых для успешного освоения технических элементов школьной программы по	Микрозачет по обучению гимнастическому элементу. Микрозачет по проведению комплекса для развития физических качеств.

13	Средства гимнастики и методика их проведения. Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям. Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики.	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика в проведении ОРУ поточным способом. Совершенствование навыков проведения строевых упражнений в играх и учебных заданиях. Учебная практика по обучению гимнастическому элементу. (микрозачёт). Совершенствование зачётных комбинаций гимнастического многоборья: бревно, брусья пар. <i>Учебная практика:</i> проведение фрагмента школьного урока – комплекса упражнений для развития физического качества по заданию преподавателя (или в уроке) – микрозачет.	выполнению. Литература: Лагутин, А.Б. Гимнастика в вопросах и ответах : учеб. пособие / А.Б. Лагутин, Г.М. Михалина. - М. : Физическая культура, 2010. - 144 с. Зачётные комбинации и требования к их выполнению.	гимнастики. (2 часа). Разработка содержательной основы конспекта и подготовка к учебной практике по проведению обучения гимнастическому элементу и развитию физических качеств. Развитие физических качеств, необходимых для успешного освоения технических элементов школьной программы по гимнастики.	Микрозачет по обучению гимнастическому элементу. Микрозачет по проведению комплекса для развития физических качеств.
14	Особенности планирования и проведения урока по гимнастике в школе. Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям. Физические качества и особенности их развития средствами гимнастики.	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика в проведении ОРУ поточным способом. Совершенствование навыков проведения строевых упражнений в играх и учебных заданиях. Учебная практика по обучению гимнастическому элементу. (микрозачёт). Совершенствование зачётных комбинаций гимнастического многоборья: перекладина, брусья р/в.. <i>Учебная практика:</i> проведение фрагмента школьного урока – комплекса упражнений для развития физического качества по заданию преподавателя (или в уроке) – микрозачет. Технология разработки и написания конспекта урока по гимнастике (структура, форма, содержание, требования). Демонстрация вариантов планов-конспектов для учащихся различных	Литература: Лагутин, А.Б. Гимнастика в вопросах и ответах : учеб. пособие / А.Б. Лагутин, Г.М. Михалина. - М. : Физическая культура, 2010. - 144 с. Зачётные комбинации и требования к их выполнению. Образцы конспектов школьного урока по гимнастике.	(2 часа). Изучение специальной литературы по теме «Особенности планирования и проведения урока по гимнастике в школе» и разработка конспекта школьного урока по гимнастике (задание преподавателя). Подготовка к его защите в форме учебной практики. Отработка необходимых методических приемов, подготовка вспомогательного учебного материала, наглядных пособий и т.д. Развитие физических качеств, необходимых для успешного освоения	Дифференцированная оценка за освоение технических комбинаций многоборья. Микрозачет по обучению гимнастическому элементу. Микрозачет по проведению комплекса для развития физических качеств.

возрастных групп, при решении различных задач.

технических элементов
школьной программы по
гимнастике.

(2 часа). Изучение
специальной литературы по
теме «Особенности
планирования и проведения
урока по гимнастике в
школе» и разработка
конспекта школьного урока
по гимнастике (задание
преподавателя). Подготовка
к его защите в форме
учебной практики.

Отработка необходимых
методических приемов,
подготовка
вспомогательного учебного
материала, наглядных
пособий и т.д.

(2 часа). Изучение
специальной литературы по
теме «Особенности
планирования и проведения
урока по гимнастике в
школе» и разработка
конспекта школьного урока
по гимнастике (задание
преподавателя). Подготовка
к его защите в форме
учебной практики.
Подготовка к контрольной
работе №2.

(20 часов). Изучение
специальной литературы по

Дифференциров
анная оценка за
освоение
технических
комбинаций
многоборья.

Микрозачет по
проведению
школьного урока
по гимнастике.

Дифференциров
анная оценка за
освоение
технических
комбинаций
многоборья.

Микрозачет по
проведению
школьного урока
по гимнастике.

Контрольная
работа №2.

Дифференциров
анная оценка за

15 Особенности
планирования и
проведения урока по
гимнастике в школе.
Техника и
технологии обучения
гимнастическим
упражнениям.
Физические качества
и особенности их
развития средствами
гимнастики.

Практическое занятие (2 часа).
Совершенствование строевых, ОРУ с
предметом (мячи), танцевальных
упражнений (расский), упражнений
художественной гимнастики, равновесия,
повороты, комбинаций гимнастического
многоборья (акробатика, опорный
прыжок). Подготовка к микрозачету по
гимнастическому многоборью.
Учебная практика в реализации
запланированного учебного материала
(конспект урока) – микрозачет.
Анализ проведения урока (ошибки,
причины, пути устранения).

Литература:
1.Гимнастика:
учебник для студ.
вузов / ред. М.Л.
Журавин, Н.К.
Меньшиков. - 4-е изд.,
испр. - М.: Академия,
2006. - 448с.+ прил.:
с.427-440.
2.Лагутин, А.Б.
Гимнастика в
вопросах и ответах :
учеб. пособие / А.Б.
Лагутин, Г.М.
Михалина. - М. :
Физическая культура,
2010. - 144 с.

Литература:
1.Гимнастика:
учебник для студ.
вузов / ред. М.Л.
Журавин, Н.К.
Меньшиков. - 4-е изд.,
испр. - М.: Академия,
2006. - 448с.+ прил.:
с.427-440.

Карточки
контрольной работы
№3.

Литература:
1.Гимнастика:

16 Особенности
планирования и
проведения урока по
гимнастике в школе.
Техника и
технологии обучения
гимнастическим
упражнениям.
Физические качества
и особенности их
развития средствами
гимнастики.

Практическое занятие (2 часа).
Совершенствование строевых, ОРУ с
предметом (скамейка), танцевальных
упражнений (вальс), упражнений
художественной гимнастики, равновесия,
повороты, комбинаций гимнастического
многоборья (бревно, брусья пар.).
Учебная практика в реализации
запланированного учебного материала
(конспект урока) – микрозачет.
**Контрольная работа №2 по теме
«Особенности планирования и
проведения урока по гимнастике в
школе».**

17-26 Особенности
планирования и

Практические занятия (20 часов).
Совершенствование строевых, ОРУ в

	проведения урока по гимнастике в школе. Техника и технологии обучения гимнастическим упражнениям.	сомкнутом строю (в парах, кругу, на гимнастической стенке, поточным способом), танцевальных упражнений (полька), упражнений художественной гимнастики, равновесия, повороты, комбинаций гимнастического многоборья. Подготовка к сдаче контрольных нормативов по технической подготовке. Учебная практика в реализации запланированного учебного материала (конспект урока) – микрозачет.	учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440. 2. Художественная гимнастика: учебник / ред. Л.А. Карпенко. - М., 2003. - 408 с.	теме «Особенности планирования и проведения урока по гимнастике в школе» и разработка конспекта школьного урока по гимнастике (задание преподавателя). Подготовка к его защите в форме учебной практики. Развитие физических качеств, необходимых для успешного освоения технических элементов школьной программы по гимнастике.	освоение технических комбинаций многоборья. Микрозачет по проведению школьного урока по гимнастике.
27	Особенности планирования и проведения урока по гимнастике в школе. Общие основы техники гимнастических упражнений. Средства гимнастики и методика их проведения	Практические занятия (2 часа). Учебная практика в реализации запланированного учебного материала (конспект урока) – микрозачет. Микрозачёт по технической подготовке: гимнастическое многоборье. Подведение итогов освоения дисциплины.	Требования к выполнению разделов изучаемой дисциплины. Вопросы к теоретическому зачёту по гимнастике. Образцы литературы, необходимой для подготовки к зачёту.	(2 часа). Самоподготовка к учебной практике в проведении школьного урока по гимнастике, к аттестации по технической подготовке, к теоретическому зачёту.	Микрозачет по проведению школьного урока по гимнастике. Микрозачёт по технической подготовке:

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ЗАЧЁТ

РАЗДЕЛ 2 «ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

2.1. «НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС»

1	Значение настольного тенниса в системе физического воспитания	Лекция (2 часа). История происхождения игры. Настольный теннис в системе физического воспитания. Техника и тактика игры. Оборудование и инвентарь. Основные правила игры	Настольный теннис. Правила игры, судейство и организация соревнований / под ред. Г.В. Барчукова.- М.: ФиС,2005.	Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры и методику судейства.	Опрос.

Иванова Т.С.
Организационно-методические основы подготовки юных теннисистов. Учеб. пособие М.: Физическая культура, 2007.
Просмотр фрагмента видео: одиночная игра.

2	Методика обучения основам техники и тактики игры в настольный теннис. Методика судейства соревнований	Практическое занятие (2 часа). Средства и методы для обучения: техническим приемам и тактическим взаимодействиям. Методика судейства соревнований: положение о соревнованиях, виды соревнований, судейская коллегия, сигналы судей, системы розыгрыша, жеребьевка. Просмотр видео.	Настольный теннис. Правила игры, судейство и организация соревнований / под ред. Г.В. Барчукова.- М.: ФиС, 2005 Навоточкин С. Настольный теннис./ С.Навоточкин, Л. Навоточкина// Спорт в школе. 2008.- №18.	Собеседование Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры и методику судейства.
			Подобрать средства ОФП и технической подготовленности. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие).	
3	Развитие физических качеств. Изучение основных приемов игры техники в нападении и защите	Практическое занятие (2 часа). Развитие силы. Учить способам держания ракетки: горизонтальный способ (жесткий хват и мягкий хват). Учить исходному положению. Учить вращению мяча и удару накат. Эстафеты с ракеткой и мячом	Настольный теннис. Правила игры, судейство и организация соревнований / под ред. Г.В. Барчукова.- М.: ФиС, 2005 Варинов, В.В. Формирование технико-тактической подготовленности	Опрос Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры и методику судейства. Подобрать средства ОФП и технической подготовленности. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее

			спортсмена в самочувствие).	
			настольном теннисе: автореф.дис....канд.пе д.наук.- Краснодар, 2009.	
4	Развитие физических качеств. Изучение основных приемов игры техники в нападении и защите	Практическое занятие (2 часа). Развитие ловкости. Учить способам держания ракетки: вертикальный способ (пером: малые клещи и большие клещи). Учить вращению мяча и удару топ-спин. Техника одиночной игры. Эстафеты с ракеткой и мячом	Настольный теннис. Правила игры, судейство и организация соревнований / под ред. Г.В. Барчукова.- М.: ФиС,2005. Навоточкин С. Настольный теннис./ С.Навоточкин, Л. Навоточкина// Спорт в школе. 2008.- №18.	Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры и методику судейства. Подобрать средства ОФП и технической подготовленности. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие).
5	Развитие физических качеств. Изучение основных приемов игры техники в нападении и защите	Практическое занятие (2 часа). Развитие гибкости. Учить перемещениям: шаги, прыжки, выпады. Учить удару контрстоп-спин. Учить подаче мяча: с верхним вращением мяча. Одиночная игра и ее судейство. Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях настольным теннисом	Настольный теннис. Правила игры, судейство и организация соревнований / под ред. Г.В. Барчукова.- М.: ФиС,2005. Иванова Т.С. Организационно-методические основы подготовки юных теннисистов. Учеб. пособие М.:Физическая культура, 2007.	Рабочая беседа Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры и методику судейства. Подобрать средства ОФП и технической подготовленности. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие)
6	Развитие физических качеств. Изучение основных приемов игры техники в	Практическое занятие (2 часа). Развитие быстроты. Учить удару толчок. Учить подаче мяча: с боковым вращением мяча. учить перемещениям: броски.	Настольный теннис. Правила игры, судейство и организация	Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры и методику судейства.

	нападении и защите	Ознакомление с контрольными нормативами по ОФП и технической подготовленности.	соревнований / под ред. Г.В. Барчукова.- М.: ФиС,2005. Навоточкин С. Настольный теннис./ С.Навоточкин, Л. Навоточкина// Спорт в школе. 2008.- №18. Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте: материалы междун.научно-практической конфер./ ред.О.Е.Лихачев, С.Г.Фокин. — Смоленск, 2011	Подобрать средства ОФП и технической подготовленности. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие).	
7	Развитие физических качеств. Изучение основных приемов игры техники в нападении и защите	Практическое занятие (2 часа) Развитие выносливости. Учить удару подставка. Учить подаче мяча: с нижним и смешанным вращением мяча. Техника парной игры. Парная игра и ее судейство. Просмотр видео: Парная игра.	Настольный теннис. Правила игры, судейство и организация соревнований / под ред. Г.В. Барчукова.- М.: ФиС,2005. Иванова Т.С. Организационно-методические основы подготовки юных теннисистов.Учеб.по собие М.:Физическая культура, 2007.	Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры и методику судейства. Подобрать средства ОФП и технической подготовленности. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие).	Собеседование
8	Развитие физических качеств. Совершенствование	Практическое занятие (2 часа) Развитие скоростно-силовых качеств. Изучить тактические взаимодействия при	Настольный теннис. Правила игры, судейство и	Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры и	Дифференцированная оценка

	основных приемов техники игры в нападении и защите. Изучение основных тактических взаимодействий в защите и нападении одиночной игре: тактика подачи мяча и приема подачи мяча. Совершенствовать удары накатом и топ-спин. Совершенствование перемещений. Одиночная игра и ее судейство. Совершенствование контрольных нормативов по ОФП и технической подготовленности. Учебная практика: написать конспект и провести часть урока на группе. Педагогический анализ и самоанализ урока. Контрольная работа №1 «История, правила игры в настольный теннис».	организация соревнований / под ред. Г.В. Барчукова.- М.: ФиС,2005 Иванова Т.С. Организационно-методические основы подготовки юных теннисистов:учеб.пособие.М.: Физическая культура, 2007. Варинов, В.В. Формирование технико-тактической подготовленности спортсмена в настольном теннисе: автореф.дис....канд. пед.наук.- Краснодар, 2009.	методику судейства. Подобрать средства ОФП и технической подготовленности. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие). Составить положение о соревнованиях (минитурнир) – одиночная игра.	Контрольная работа №1
9 Развитие физических качеств. Совершенствование основных приемов техники игры в нападении и защите. Изучение основных тактических взаимодействий в защите и нападении	Практическое занятие (2 часа) Развитие силы мышц кисти. Изучить тактические взаимодействия при одиночной игре: тактика ударов мяча справа и слева. Тактика перемещений. Совершенствовать удары контротоп-спин. Парная игра и ее судейство. Учебная практика: написать конспект и провести часть урока на группе. Педагогический анализ и самоанализ урока.	Иванова Т.С. Организационно-методические основы подготовки юных теннисистов:учеб.пособие.М.: Физическая культура, 2007. Варинов, В.В. Формирование технико-тактической подготовленности спортсмена в настольном теннисе: автореф.дис....канд. пед.наук.- Краснодар, 2009.	Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры и методику судейства. Подобрать средства ОФП и технической подготовленности. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие). Подготовка к контрольной работе.	Дифференцированная оценка

			Просмотр видео: техника одиночной игры.		
10	Развитие физических качеств. Совершенствование основных приемов техники игры в нападении и защите. Изучение основных тактических взаимодействий в защите и нападении	Практическое занятие (2 часа). Тактические взаимодействия при парной игре: тактика подачи и приема подачи мяча, тактика ударов справа и слева, перемещений. Совершенствование подач мяча. Совершенствование контрольных нормативов по ОФП и технической подготовленности. Учебная практика: написать конспект и провести часть урока на группе. Педагогический анализ и самоанализ урока	Варинов, В.В. Формирование технико-тактической подготовленности спортсмена в настольном теннисе: автореф.дис....канд.пе д.наук.- Краснодар, 2009.	Составить положение о соревнованиях (мини-турнир) – парная игра. Подготовка к сдаче контрольных нормативов по ОФП и технической подготовленности. Учить сигналы судей.	Реферат. Дифференцирова нная оценка
11	Развитие физических качеств. Совершенствование основных приемов техники игры в нападении и защите. Совершенствование основных тактических взаимодействий в защите и нападении	Практическое занятие (2 часа). Развитие быстроты реакции. Совершенствование технических приемов и тактических взаимодействий. Учебная практика. Сдача контрольных нормативов по ОФП и технической подготовленности. Проведение мини-турнира на группе: парная игра и ее судейство. Контрольная работа №2 «Правила игры в настольный теннис».	Демчук Е.Е. Инновационные технологии в подготовке квалифицированных спортсменов в современном настольном теннисе/ ред.О.Е.Лихачев, С.Г.Фокин. – Смоленск, 2011. Технологии физического воспитания подрастающего поколения: мат.Всерос. научно-практ. конференции.- Чайковский: ГИФК, 2009.	Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры и методику судейства. Подобрать средства ОФП и технической подготовленности. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие). Просмотр видео.	Контрольная работа №2. Дифференцирова нная оценка
12	Развитие физических качеств.	Практическое занятие (2 часа). Развитие точности ударов по мячу.	Варинов, В.В. Формирование		Микрозачет

Совершенствование основных приемов техники игры в нападении и защите. Совершенствование основных тактических взаимодействий в защите и нападении

Совершенствование технических приемов и тактических взаимодействий. Одиночная и парная игра. Судейство игр. Подведение итогов работы.

техничко-тактической подготовленности спортсмена в настольном теннисе: автореф.дис...канд.п ед.наук.- Краснодар, 2009.

2.2. «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»

1	Значение подвижных игр в системе физического воспитания	Лекция (2 часа). Подвижные игры в занятиях спортом, в школьном уроке, во внеурочных и внешкольных формах работы. Педагогические требования к проведению подвижных игр в различных возрастных группах. Классификация подвижных игр.	Л.В. Былеева, И.М. Коротков. Подвижные игры. Практический материал: учебное пособие для студ. вузов физ. культуры -М.: ТВТ Дивизион, 2005. Подвижные игры: учебник / Былеева Л.В., Коротков И.М. и др. М.: Физическая культура, 2007. Просмотр фрагмента видео по проведению подвижных игр.	Опрос.
2	Классификация подвижных игр (командные, не командные, переходные к командным играм). Техника безопасности и предупреждение травматизма при	Практическое занятие (2 часа). Игровой материал: а) командные игры – встречные, круговые и прямолинейные эстафеты; Борьба за мяч, Навстречу друг другу. б) не командные игры – Успей запятнать, Колесо, Быстро по местам. в) игры, переходные к командным: Делай наоборот, Вороны и воробы.	Л.В. Былеева, И.М. Коротков. Подвижные игры. Практический материал: учебное пособие для студ. вузов физ. культуры -М.: ТВТ Дивизион, 2005. Подвижные игры: учебник / Былеева	Изучение рекомендуемой литературы. Просмотр урока ФК. Рабочая беседа

	занятиях подвижными играми.		Л.В., Коротков И.М. и др. М.: Физическая культура, 2007.	
3-4	Основные типы подвижных игр, имеющие различные педагогические задачи и двигательное содержание.	Практическое занятие (4 часа). Игровой материал: Эстафеты с мячами и палками; Борьба за мяч; Шишки, желуди, орехи; Перемена мест; Пятнашки в тройках; Группа «Смирно».	Львова Л.Г., Медведева Е.Н. Совершенствование физкультурного образования молодёжи на основе повышения мотивации к занятиям физическими упражнениями; учеб.метод. пособие.- В.Луки; ВГСХА.2011.	Просмотр урока ФК. Собеседование Изучение рекомендуемой литературы. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС. Общее самочувствие).
5-6	Подвижные игры в школьном уроке ФК и во внеурочных формах работы.	Практическое занятие (4 часа). Сила. Общеподготовительные и специальные упражнения для развития силы. Игровой материал: 1-3 кл. – Волк во рву, Космонавты, У медведя на бору, Два Мороза, Совушка. 4-5 кл. – Ловля парами, День и ночь, Перестрелка, Гонка мячей, Эстафета с обручами. 6-8 кл. – Мяч в центр, Бег командами, Эстафеты с ведением мяча. Игры во внеурочных формах работы: Бег парами, Поезда, Удержи мяч, Кто подходил.	Белоножкина О.В. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе.- Волгоград: Учитель. 2007. Л.В. Былеева, И.М. Коротков. Подвижные игры. Практический материал: учебное пособие для студ.вузов физ.культуры -М.: ТВТ Дивизион, 2005. Видякин М.В. Спортивные праздники и мероприятия в школе. – Волгоград. Учитель. – 2007	Рабочая беседа. Изучение рекомендуемой литературы. Подбор игр для различных возрастных групп и различных форм занятий.

7-8	Подвижные игры во внешкольных формах работы, с населением, в ДОУ.	Практическое занятие (4 часа). Быстрота. Общеподготовительные и специальные упражнения для развития быстроты. Игровой материал: Палку за спину, Эстафета со скамейками, Эстафета поезда, Угадай кто, Потяни за веревочку, Меткий футболист, На погрузке арбузов, Эстафета в парах и тройках. Контрольная работа №3 «Организационно-методические особенности подвижных игр».	Львова Л.Г., Медведева Е.Н. Совершенствование физкультурного образования молодёжи на основе повышения мотивации к занятиям физическими упражнениями: учеб. метод. пособие. – В.Луки; ВГСХА. 2011. Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте /О.Е. Лихачёв, С.Г.Фомин. – Смоленск, 2011. Просмотр видео по проведению подвижных игр.	Просмотр урока по ФК	Контрольная работа №3. Дифференцированная оценка.
9-10	Подвижные игры в занятиях спортом (спортивные игры, легкая атлетика, лыжный спорт, гимнастика).	Практическое занятие (4 часа). Ловкость. Общеподготовительные и специальные упражнения для развития ловкости. Игровой материал: Мяч капитану, Попади в мяч, Забей гол, Эстафеты с различным инвентарем, Круговые эстафеты, Поймай лягушку, Принеси чужой мяч, Сделай мостик, Эстафеты с лазаниями и перелазаниями, Кошка и мышь, Эстафеты с шарами, Совушка, Бег по шпалам.	Просмотр видео по проведению подвижных игр. Менжуев В.Б. Веселые старты/Физкультура в школе.-2005.-№ 6. Михайлов И. Игры у елки.- Физическая культура в школе.- 2011.-№7 Ростик Н.Н. Веселые	Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС., общее самочувствие)	

			старты с дедом Морозом.- Физическая культура в школе .- 2005. - №8 Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте / О.Е.Лихачёв, С.Г. Фомин. – Смоленск. 2011. Подвижные игры: учебник / Былеева Л.В., Коротков И.М. и др. М.: Физическая культура, 2007.			
11-19	Игры в школьном уроке физической культуры. Игры во внеурочных формах работы, в занятиях спортом, в ДОУ. Физкультурно-массовые мероприятия для детей разного возраста. Учебная практика по зад. №1 и № 2.	Практическое занятие (18 часов). Подбор подвижных игр и их комплексов, написание конспекта. Самостоятельное проведение подвижных игр и их комплексов на группе. Педагогический анализ урока. Контрольная работа № 4. «Подвижные игры в развитии физических качеств и в спорте».	Просмотр видео «Праздник Новый года», проводимый студентами на учащихся 2-го класса школы. Михайлов И. Игры у елки.- Физическая культура в школе.- 2011.№7. Ростик Н.Н. Веселые старты с дедом Морозом.- Физическая культура в школе.-2010.№8. Львова Л.Г., Медведева Е.Н. Модернизация физкультурного образования на основе	Педагогический анализ урока. Просмотр урока. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие). Подготовка к теоретическому зачету (разделы «Подвижные игры», «Настольный теннис»).	Контрольная работа №4. Дифференцированная оценка.	

применения
нетрадиционных
видов двигательной
деятельности в
физическом
воспитании
школьников. Учебное
пособие для
студентов.
Торжок, 2011.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ЗАЧЁТ 2.3.«БАСКЕТБОЛ»

1.	Организация и проведение соревнований по спортивным играм.	Лекция (2 часа). Организация и проведение соревнований по спортивным играм. Планирование соревнований по спортивным играм. Виды соревнований и их характеристика. Способы розыгрыша и их характеристика. Положение о соревнованиях.	Изучение рекомендуемой литературы.	
2.	Физические качества баскетболистов и методика их развития. Техника и методика обучения перемещениям в баскетболе.	Практическое занятие (2 часа). ОРУ с мячами. Изучение стоек и перемещений, поворотов, остановок.	Нестеровский, Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения: учеб. пособие для студ. вузов / Д.И. Нестеровский. – 5-е изд. стер. – М.: Академия, 2010.	Изучение специальной литературы Рабочая беседа
3.	Физические качества баскетболистов и методика их развития. Техника и методика обучения передачам в баскетболе.	Практическое занятие (2 часа). Развитие силы. Изучение передачи мяча двумя руками от груди, двумя руками сверху, одной рукой от плеча.	Нестеровский, Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения: учеб. пособие для студ. вузов / Д.И. Нестеровский. – 5-е изд. стер. – М.: Академия, 2010.	Изучение литературы.
4-5.	Физические качества	Практическое занятие (2 часа). Развитие	Нестеровский, Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения: учеб. пособие для студ. вузов / Д.И. Нестеровский. – 5-е изд. стер. – М.: Академия, 2010.	Изучение литературы.

	баскетболистов и методика их развития. Техника и методика обучения бросков в баскетболе.	ловкости. Изучение бросков мяча двумя руками сверху, одной рукой сверху с места.	кетбол: теория и методика обучения: учеб.пособие для студ.вузов /Д.И.Нестеровский. – 5-е изд.стер. –М.: Академия,2010.		
6.	Физические качества баскетболистов и методика их развития. Техника и методика обучения бросков в баскетболе.	Практическое занятие (2 часа). Развитие быстроты. Изучение бросков после ведения. Изучение бросков мяча в корзину в прыжке. Контрольная работа №1: «Организация и проведение соревнований по спортивным играм».	Нестеровский,Д.И.Бас кетбол: теория и методика обучения: учеб.пособие для студ.вузов /Д.И.Нестеровский. – 5-е изд.стер. –М.: Академия,2010.	Изучение специальной литературы.	Контрольная работа №1
7.	Физические качества баскетболистов и методика их развития. Техника и методика обучения ведением мяча в баскетболе.	Практическое занятие (2 часа). Развитие выносливости. Изучение ведения мяча по прямой, с изменением направления с разной высотой отскока мяча.	Нестеровский,Д.И.Бас кетбол: теория и методика обучения: учеб.пособие для студ.вузов /Д.И.Нестеровский. – 5-е изд.стер. –М.: Академия,2010.	Изучение специальной литературы. Изменение правил игры.	
8.	Физические качества баскетболистов и методика их развития. Техника и методика обучения вырываниям, выбиваниям, накрываниям, добиваниям, перехватам и овладениям мячом в	Практическое занятие (2 часа). Развитие качества гибкости. Изучение вырывания мяча. Изучения выбивания мяча на месте и в движении, накрывания, добивания и овладения мячом.	Нестеровский,Д.И.Бас кетбол: теория и методика обучения: учеб.пособие для студ.вузов /Д.И.Нестеровский. – 5-е изд.стер. –М.: Академия,2010.	Изучение специальной литературы. Просмотр видеозаписей.	

9.	баскетболе. Техника и методика обучения вырываниям, выбиваниям, накрываниям, добиваниям, перехватам и овладениям мячом в баскетболе. Техника и методика обучения ведению мяча в баскетболе.	Практическое занятие (2 часа). Развитие скорости и простой двигательной реакции. Изучение личной системы защиты и её вариантов.. Изучение зонной системы защиты и её вариантов.	Лепешкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры: метод.пособие / В.А. Лепешкин. – М.: Советский спорт, 2011.	Изучение специальной литературы. Просмотр видеозаписей	
10-11.	Техническая подготовка в баскетболе. Тактические приёмы и взаимодействия в баскетболе и методика обучения им.	Практическое занятие (2 часа). Развитие прыжковой выносливости. Изучение вариантов стремительного нападения (одним и двумя игроками). Контрольная работа №2: «Техника и методика обучения в баскетболе».	Лепешкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры: метод.пособие / В.А. Лепешкин. – М.: Советский спорт, 2011.	Изучение специальной литературы.	Контрольная работа №2.
12.	Техническая подготовка в баскетболе. Тактические приёмы и взаимодействия в баскетболе и методика обучения им. Физические качества баскетболистов и методика их развития.	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика по заданию. Провести урок по развитию физических качеств и методике обучения техническим приёмам. Разработать конспект.	Яхонтов, Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: учеб.пособие / Е.Р. Яхонтов. – 2-е изд., перераб. И доп. – СПб.: СПбГУФК им.П.Ф.Лесгафта, 2006.	Изучение дополнительной литературы.	Анализ и разбор проведенного урока.
13.	Техническая подготовка в	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика по заданию. Провести урок по развитию физических качеств и методике	Яхонтов, Е.Р. Физическая подготовка	Изучение дополнительной литературы.	Анализ и разбор проведенного урока.

	баскетболе. Тактические приёмы и взаимодействия в баскетболе и методика обучения им. Физические качества баскетболистов и методика их развития.	обучения техническим приёмам игры. Разработать конспект.	баскетболистов: учеб.пособие / Е.Р. Яхонтов. – 2-е изд., перераб. И доп. – СПб.: СПбГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2006.		
14.	Техническая подготовка в баскетболе. Тактические приёмы и взаимодействия в баскетболе и методика обучения им. Физические качества баскетболистов и методика их развития.	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика по заданию. Провести урок по развитию физических качеств. Методика обучения техническим приёмам игры. Разработать конспект.	Баскетбол: программа для ДЮСШ и СДШОР.- М.: Советский спорт, 2004. Лепешкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры: метод. пособие / В.А. Лепешкин. – М.: Советский спорт, 2011.	Изучение дополнительной литературы.	Анализ и разбор проведенного урока.
15.	Техническая подготовка в баскетболе. Тактические приёмы и взаимодействия в баскетболе и методика обучения им. Физические качества баскетболистов и методика их развития.	Практико-методическое занятие (2 часа). Методика обучения техническим приёмам игры и тактическим взаимодействиям. Подготовка и сдача контрольных испытаний по технике игры.	Баскетбол: программа для ДЮСШ и СДШОР.- М.: Советский спорт, 2004 Лепешкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры: метод. пособие / В.А. Лепешкин. – М.: Советский спорт, 2011.	Изучение основной и дополнительной литературы.	Рабочая беседа

2.4. «ВОЛЕЙБОЛ»

1.	Физическая подготовка волейболистов. Основы техники игры в волейболе и методика обучения.	Практико-методическое занятие (2 часа). Анализ техники и методика обучения основным техническим приёмам волейбола.	Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры/ ред. А.В.Беляев, М.В.Савин. – 4-е изд. - М.:ТВТ Дивизион, 2009.	Изучение литературы. видеозаписей.	специальной Просмотр	Опрос по теме.
2.	Физическая подготовка волейболистов. Основы техники игры в волейболе и методика обучения.	Практико-методическое занятие (2 часа). Средства и методы развития физических качеств волейболистов.	Железняк, Ю.Д. Спортивные игры:техника, тактика, методика обучения: Учеб. 7- ое изд., стер. – М.: Академия, 2012	Изучение литературы. видеозаписей.	специальной Просмотр	Опрос по теме.
3.	Физическая подготовка волейболистов. Основы техники игры в волейболе и методика обучения.	Практическое занятие (2 часа). Обучение строевым и ОРУ. Развитие скоростных способностей. Обучение стойкам и перемещениям. Обучение технике нижней прямой подачи.	Железняк, Ю.Д. Спортивные игры:техника, тактика, методика обучения: Учеб. 7- ое изд., стер. – М.: Академия, 2012	Изучение литературы. видеозаписей.	специальной Просмотр	Опрос по теме.
4.	Физическая подготовка волейболистов. Основы техники игры в волейболе и методика обучения. Тактические приёмы и взаимодействия в волейболе и методика обучения им.	Практическое занятие (2 часа). Развитие силы мышц ног. Обучение технике верхней прямой подачи. Совершенствование техники нижней прямой подачи.	Железняк, Ю.Д. Спортивные игры:техника, тактика, методика обучения: Учеб. 7- ое изд., стер. – М.: Академия, 2012	Изучение литературы. видеозаписей.	специальной Просмотр	Опрос по теме.
5.	Физическая	Практическое занятие (2 часа). Развитие	Методика обучения	Изучение	специальной	Опрос по теме.

	подготовка волейболистов. Основы техники игры в волейболе и методика обучения.	скоростно-силовых качеств. Обучение передаче мяча двумя руками сверху. Совершенствование подач.	передачи мяча двумя руками снизу в волейболе : Учеб.пособ. / Е.Н.Кириллов.- Чайковский: ЧГИФК, 2003	литературы. Просмотр видеозаписей.	
6.	Основы техники игры в волейболе и методика обучения.	Практическое занятие (2 часа). Развитие ловкости. Обучение передаче-приёму мяча двумя руками снизу. Совершенствование передачи мяча двумя руками сверху. Тактика защиты. Контрольная работа №1 по темам: «Основы техники игры в волейболе и методика обучения».	Железняк, Ю.Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: Учеб. 7-ое изд., стер. – М.: Академия, 2012.	Изучение специальной литературы. Просмотр видеозаписей. Подготовка к контрольной работе №1.	Контрольная работа № 1.
7.	Физическая подготовка волейболистов. Физическая подготовка волейболистов. Основы техники игры в волейболе и методика обучения. Тактические приёмы и взаимодействия в волейболе и методика обучения им.	Практическое занятие (2 часа). Развитие гибкости. Совершенствование передачи мяча двумя руками снизу и сверху.	Методика обучения передаче мяча двумя руками снизу в волейболе : Учеб.пособ. / Е.Н.Кириллов.- Чайковский: ЧГИФК, 2003.	Изучение специальной литературы. Просмотр видеозаписей.	Опрос по теме.
8.	Физическая подготовка волейболистов. Физическая подготовка волейболистов.	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика. Развитие скоростной выносливости. Обучение разбегу в нападающем ударе. Тактика нападения. Контрольная работа №2 «Организация и проведение соревнований по	Железняк, Ю.Д. Волейбол: метод.пособие по обучению игре / Ю.Д.Железняк, В.А. Кунянский, А.В.	Изучение специальной литературы. Просмотр видеозаписей. Подготовка к контрольной работе №2.	Контрольная работа № 2.

	Основы техники игры в волейболе и методика обучения. Тактические приёмы и взаимодействия в волейболе и методика обучения им.	спортивным играм».	Чачин. – М.: Терра-Спорт; Олимпия Пресс, 2005.	
9.	Физическая подготовка волейболистов. Основы техники игры в волейболе и методика обучения. Тактические приёмы и взаимодействия в волейболе и методика обучения им.	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика. Развитие прыжковой выносливости. Обучение ударному движению в нападающем ударе. Совершенствование подач и передач. Тактика нападения.	Кириллов, Е.Н. Методика обучения техническим приёмам в волейболе: Учеб.пособие / Е.Н. Кириллов.- Чайковский : ЧГИФК, 2003.	Опрос по теме.
10.	Физическая подготовка волейболистов. Основы техники игры в волейболе и методика обучения. Тактические приёмы и взаимодействия в волейболе и методика обучения им.	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика. Обучение нападающему удару в целом. Совершенствование подач и передач.	Кириллов, Е.Н. Методика обучения техническим приёмам в волейболе: Учеб.пособие / Е.Н. Кириллов.- Чайковский : ЧГИФК, 2003	Изучение специальной литературы. Просмотр видеозаписей.
11-12	Физическая подготовка волейболистов. Основы техники игры в волейболе и методика обучения.	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика. Обучение одиночному блокированию. Повторение техники прямого нападающего удара. Тактика защиты.	Железняк, Ю.Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: Учеб. 7-ое изд., стер. – М.:	Опрос по теме. Изучение специальной литературы. Просмотр видеозаписей.

	Тактические приёмы и взаимодействия в волейболе и методика обучения им.			
13-14	Физическая подготовка волейболистов. Основы техники игры в волейболе и методика обучения. Тактические приёмы и взаимодействия в волейболе и методика обучения им.	Практическое занятие (2 часа). Учебная практика. Комплексные упражнения на совершенствование технических приёмов игры в волейбол. Командные взаимодействия в нападении и защите.	Кириллов, Е.Н. Методика обучения техническим приёмам в волейболе: Учеб.пособие / Е.Н. Кириллов.- Чайковский : ЧГИФК, 2003	Опрос по теме.
15	Физическая подготовка волейболистов. Основы техники игры в волейболе и методика обучения. Тактические приёмы и взаимодействия в волейболе и методика обучения им.	Практическое занятие (2 часа). Приём контрольных нормативов по технической подготовке. Подведение итогов освоения дисциплины.	Изучение специальной литературы. Просмотр видеозаписей. Подготовка к сдаче нормативов.	Опрос по теме.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ЗАЧЁТ

РАЗДЕЛ 3 «ТУРИЗМ И СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ»

1	Характеристика спортивно-оздоровительного туризма и спортивного ориентирования	Лекция (2 часа). Влияние занятий туризмом на здоровье человека. Значение туризма для формирования жизненных умений и навыков. Система организации туристической деятельности в стране. Самодеятельный туризм: походы выходного дня, степенные походы,	Таблицы и рисунки необходимые для чтения лекций, примеры дополнительной литературы и учебных пособий по туризму.	Изучение специальной литературы по вопросам технической, физической и тактической подготовки в системе тренировки, технике безопасности при проведении соревнований	Опрос по теме.

		категоричные походы. Классификация походов по средствам передвижения, месту проведения и целям.	1. Биржаков М.Б. Введение в туризм. Учебное пособие. М. «Дрофа».- 2006.	по туристическим видам спорта, правил соревнований по спортивному ориентированию.	
2	Характеристика спортивно-оздоровительного туризма и спортивного ориентирования	Лекция (2 часа). Спортивное ориентирование как один из видов туристического многоборья. Виды спортивного ориентирования: ориентирование в заданном направлении, ориентирование по выбору, ориентирование на маркированной дистанции. Технические приемы в ориентировании. Тактические приемы в ориентировании. Тренировка в спортивном ориентировании. Методика организации и проведения соревнований в спортивном ориентировании.	Таблицы и рисунки необходимые для чтения лекций, примеры дополнительной литературы и учебных пособий по туризму. 1. Биржаков М.Б. Введение в туризм. Учебное пособие. М. «Дрофа».- 2006.	Изучение специальной литературы по вопросам технической, физической и тактической подготовки в системе тренировки, технике безопасности при проведении соревнований по туристическим видам спорта, правил соревнований по спортивному ориентированию.	Опрос по теме.
3	Техника в спортивном туризме	Лекция (2 часа). Специальное спортивное снаряжение в туризме. Техника преодоления спусков, подъемов, переправ и др. препятствий естественного и искусственного происхождения. Оказание первой медицинской помощи.	Страховочные системы, тормозные устройства, веревки, карабины, дополнительные приспособление. Литература: 1. Биржаков М.Б. Введение в туризм. Учебное пособие. М. «Дрофа».- 2006.	Изучение специальной литературы по теме. Подготовка к практическому занятию и опросу.	Опрос по теме.
4	Организация и проведение туристических походов экскурсий и прогулок с лицами с отклонениями в состоянии здоровья	Лекция (2 часа). Особенности проведения соревнований по туристическому многоборью с различными категориями населения. Методика организации туристических походов с лицами, имеющими поражение опорно-двигательного аппарата. Особенности организации	Палатки, спальные мешки, туристические коврики, рюкзаки, страховочные системы, карабины, веревки, тормозные устройства. Литература:	Изучение специальной литературы по теме. Подготовка к практическому занятию и опросу к контрольной работе.	Опрос по теме.

		реабилитационного туризма и противопоказания.	1. Биржаков М.Б. Введение в туризм. Учебное пособие. М. «Дрофа».- 2006.		
5	Организация и проведение соревнований по туристическим видам многоборья и по спортивному ориентированию	Лекция (2 часа). Положения о соревнованиях по видам туризма. Условия соревнований по туристическим видам. Организация и постановка этапов в различных видах туристического многоборья. Система определения победителей в соревнованиях по спортивному ориентированию. Система присвоения разрядов и званий в спортивном ориентировании.	Таблицы и рисунки необходимые для чтения лекций, примеры дополнительной литературы и учебных пособий по туризму. 1. Биржаков М.Б. Введение в туризм. Учебное пособие. М. «Дрофа».- 2006.	Изучение специальной литературы по теме. Подготовка к практическому занятию и опросу.	Опрос по теме.
6-8	Характеристика спортивно-оздоровительного туризма и спортивного ориентирования	Практико-методическое занятие (6 часов). Методический разбор технологии подготовки к туристическому походу, знакомство с условными топографическими знаками, спортивными картами, спортивным компасом и работа с ними. Тренировка в спортивном ориентировании на местности.	Таблицы и рисунки необходимые для чтения лекций, примеры дополнительной литературы и учебных пособий по туризму. 1. Биржаков М.Б. Введение в туризм. Учебное пособие. М. «Дрофа».- 2006.	Изучение специальной литературы по вопросам технической, физической и тактической подготовки в системе тренировки, технике безопасности при проведении соревнований по туристическим видам спорта, правил соревнований по спортивному ориентированию.	Дифференцированная оценка.
9-11	Техника в спортивном туризме	Практико-методическое занятие (6 часов). Знакомство со специальным спортивным снаряжением в туризме: страховочные системы, тормозные устройства, веревки, карабины, дополнительные приспособление. Практическое использование специального туристического снаряжения. Освоение техники преодоления спусков, подъемов,	6 часов. Требования к туристическому снаряжению: палатки, спальные принадлежности, групповое снаряжение. Снаряжение в пешем походе, снаряжение в горном походе, снаряжение в водном походе. Оказание	Соревнования по технике пешеходного туризма	

		переправ и др. препятствий естественного и искусственного происхождения. Особенности проведения соревнований по туристическому многоборью с различными категориями населения.		первой медицинской помощи. Комплект аптечки первой медицинской помощи. Комплект ремонтного набора в зависимости от вида туризма.	
12-14	Организация и проведение туристических походов экскурсий и прогулок с лицами с отклонениями в состоянии здоровья	Практико-методические занятия (6 часов). Практическое освоение навыков организации туристических походов с лицами, имеющими поражение опорно-двигательного аппарата. Знакомство с особенностями организации реабилитационного туризма. Противопоказания для участия в туристических мероприятиях. Спортивные походы при заболеваниях органов слуха и речи; органов зрения; нервной системы; психики. Контрольная работа №1 по теме ««Организация и проведение туристических походов экскурсий и прогулок с лицами с отклонением в состоянии здоровья»»	Палатки, спальные мешки, туристические коврики, рюкзаки, страховочные системы, карабины, веревки, тормозные устройства. Литература: 1. Биржаков М.Б. Введение в туризм. Учебное пособие. М. «Дрофа».- 2006.	8 часов. Изучение литературы по вопросам: семейный туризм среди людей с ограниченными возможностями. Техника безопасности при проведении туристических мероприятий с лицами с отклонением в состоянии здоровья. Организация прогулок, ПВД, экскурсий с лицами с отклонением в состоянии здоровья.	Учебная практика. Контрольная работа №1 по теме «Организация и проведение туристических походов экскурсий и прогулок с лицами с отклонением в состоянии здоровья»
15-24	Организация и проведение соревнований по туристическим видам многоборья и по спортивному ориентированию	Практико-методические занятия (20 часов). Разработка положения о соревнованиях по видам туризма. Овладение основами техники пешеходного туризма. Постановка дистанции для проведения соревнований по технике пешеходного туризма. Методика тренировки в спортивном туризме. Организация и постановка этапов в различных видах туристического многоборья. Основы работы со спортивными картами. Система отметки	Карты различного масштаба, компаса, рулетки, призмы, компостеры, волчатник, информационные стенды, знаки (Старт-финиш), часы-табло. Литература: 1. Биржаков М.Б. Введение в туризм.	20 часов. Разработка положения о соревнованиях по туристическим видам спорта. Знать: требования к оборудованию стартового городка для проведения соревнований по спортивному ориентированию; требования к безопасному выбору полигона соревнований; особенности	Контрольные соревнования по спортивному ориентированию

	прохождения контрольных пунктов в спортивном ориентировании. Устройство и организация контрольных пунктов. Методика постановки дистанции на соревнованиях по спортивному ориентированию в заданном направлении. Методика постановки дистанции на соревнованиях по спортивному ориентированию по выбору. Методика постановки дистанции на соревнованиях по спортивному ориентированию на маркированной дистанции.	Учебное пособие. М. «Дрофа».- 2006.	постановки дистанции в зависимости от уровня подготовленности и возраста участников; возрастные и квалификационные группы в спортивном ориентировании.	
25-27 Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию по тропам для лиц с нарушением ОДА	Практико-методические занятия (6 часов). Методика организации туристических походов с лицами, имеющими поражение опорно-двигательного аппарата. Особенности организации реабилитационного туризма. Противопоказания для участия в туристических мероприятиях. Спортивные походы при заболеваниях органов слуха и речи; органов зрения; нервной системы; психики. Спортивное ориентирование по тропам для спортсменов с нарушением ОДА. Особенности постановки дистанции спортивного ориентирования по тропам для спортсменов с нарушением ОДА. Подготовка соревнований по спортивному ориентированию по тропам для спортсменов с нарушением ОДА. Контрольная работа №2 «Туристическое многоборье и спортивное ориентирование».	Карты различного масштаба, компаса, рулетки, призмы, компостеры, волчатник, информационные стенды, знаки, часы-табло. Литература: Биржаков М.Б. Введение в туризм. Учебное пособие. М. «Дрофа».- 2006.	6 часов. Требование к безопасному выбору полигона соревнований по спортивному ориентированию по тропам для спортсменов с нарушением ОДА. Правила соревнований по спортивному ориентированию по тропам для спортсменов с нарушением ОДА. Семейный туризм среди людей с ограниченными жизненными возможностями. Техника безопасности при проведении туристических мероприятий с лицами с отклонением в состоянии здоровья. Организация прогулок, ПВД, экскурсий с лицами с отклонением в состоянии здоровья.	Учебная практика. Контрольная работа №2 по теме «Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию по тропам для лиц с нарушением ОДА».

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы соответствуют темам дисциплины и изложены при раскрытии каждой темы, а также при планировании материала в технологической карте.

РАЗДЕЛ 1 «ГИМНАСТИКА»

Вопросы для программированного опроса по дисциплине

1. Из какого исходного положения следует правильно начинать обучение кувырку вперед?

- Выберите правильный ответ:
- 1. Основная стойка.
 - + 2. Группировка сидя.
 - 3. Присед руки вперед.

2. Назовите средства гимнастики, развивающие ловкость. Выберите правильный ответ:

- + 1. Упражнения на гимнастических снарядах и соскоки с них.
- + 2. Опорные прыжки.
- + 3. Акробатические упражнения.
- + 4. Прыжки на батуте.
- + 5. Прыжки со скакалкой.
- 6. Строевые упражнения.
- 7. Прыжки в воду.
- + 8. Упражнения в равновесии с элементами жонглирования.
- + 9. Выполнение упражнения или части его по неожиданным сигналам.

3. Назовите 5 основных физических качеств: 1. Сила.

- 2. внимательность
- 3. гибкость
- 4. дисциплинированность
- 5. быстрота
- 6. ловкость
- 7. выносливость

4. Какие упражнения для проверки технической готовности нужно использовать обучая кувырку вперед? Выберите правильный ответ:

- + 1. Из упора присев перекат назад в группировке и возвращение в и.п. перекатом вперед.
- + 2. Группировка лежа на спине.
- + 3. Упор присев.
- 4. Перекат в сторону в группировке из седа на пятках.
- 5. Круговой перекал.

1. Назовите методы и средства, развивающие специальную выносливость. Выберите правильный ответ:

- + 1. Увеличение объема и интенсивности учебно-тренировочных занятий за счет количества выполненных элементов и сокращения интервалов отдыха между подходами.
- 2. Увеличение количества тренировочных занятий.
- + 3. Многократное выполнение комбинаций в целом.
- 4. Бег на короткую дистанцию.
- + 5. Удлинение комбинации за счет дополнительных элементов.
- 6. Выполнение упражнений с предельным весом.
- 7. Выполнение упражнения с отягощением и многократно.
- 8. Выполнение статических элементов с увеличением время их фиксации.
- 9. Бег на средние и длинные дистанции.

6. Какие методические приемы используются для совершенствования переворота в сторону?

Выберите правильный ответ:

- + 1. Проводка по движению.
- 2. Стойка на руках ноги врозь.

- + 3. Повторное выполнение переворота в сторону.
- + 4. Соединение из 2-х – 3-х переворотов в сторону.
- 5. Переворот в сторону с подталкиванием.
- + 6. Переворот в сторону по линии.
- + 7. Переворот в сторону в комбинации

7. Что такое «гибкость»? Выберите правильный ответ:

- 1. Способность совершать заданную работу длительное время.
- 2. Способность быстро ориентироваться в неожиданно складывающейся обстановке.
- + 3. Способность использовать потенциальную анатомическую подвижность одновременно в нескольких суставах;
- 4. Степень напряжения, которую могут развить мышцы;
- 5. Способность занимающихся быстро производить мышечные сокращения.

8. Какие упражнения для проверки физической готовности используются при обучении подъему переворотом силой в упор на перекладине? Выберите правильный ответ:

- + 1. Подтягивание в висе на перекладине.
- + 2. Вис согнувшись на перекладине.
- 3. Подъем переворотом махом одной и толчком другой в упор на перекладине.
- 4. Упор на перекладине.
- 5. Размахивания изгибами;
- 6. Вис углом.

9. Что понимается под физическим качеством «быстрота»? Выберите правильный ответ:

- 1. Способность занимающихся быстро произвести мышечное сокращение.
- 2. Способность совершать заданную работу длительное время.
- 3. Способность быстро ориентироваться в неожиданно складывающейся обстановке.
- 4. Способность использовать потенциальную анатомическую подвижность одновременно в нескольких костных соединениях.
- 5. Степень напряжения, которую могут развить мышцы.
- + 6. Способность быстро начать движения по заранее установленному сигналу.

10. С какой операции технологической схемы следует начинать обучение гимнастическим упражнениям?

- 1. С проверки готовности; 2. Создания представления; 3. Выбора метода обучения

11. Назовите средства, развивающие гибкость. Выберите правильный ответ:

- + 1. Упражнения с максимальной амплитудой с помощью дополнительных внешних усилий.
- + 2. Упражнения, выполненные в условиях максимального расслабления мышц.
- + 3. Фиксация отдельных положений (шпагат, вис сзади, максимальный наклон вперед, мост и т.д).
- 4. Бег на короткие дистанции.
- 5. Сгибание и разгибание рук в упоре.
- 6. Акробатические упражнения.
- + 7. Упражнения хореографии.

12. Какие требования предъявляются к преподавателю при обучении гимнастическим упражнениям?

- + 1. Владеть методами и методическими приемами обучения гимнастическим упражнениям.
- 2. Уметь показывать все гимнастические упражнения.
- + 3. Знать технику гимнастического упражнения.
- + 4. Уметь осуществлять помощь и страховку.
- + 5. Владеть методикой исправления ошибок.
- 6. Знать строевые команды для организации занимающихся.

13. Какой вид силовой подготовки необходим гимнасту для освоения большого разнообразия гимнастических упражнений?

- 1. Абсолютная сила.
- + 2. Статическая.
- + 3. Динамическая.
- + 4. Скоростная.

14. Какие средства гимнастики не используются в основной части урока?

1. Строевые упражнения.
2. Упражнения на снарядах.
3. Акробатические упражнения.
- + 4. ОРУ.
5. Прикладные упражнения.
6. Прыжки.

15. Какая сила используется гимнастом при выполнении гимнастических упражнений преодолевающего или уступающего характера?

1. Скоростная.
- + 2. Динамическая.
3. Статическая.
4. Абсолютная.
5. Относительная.

16. Какие методические приемы используются для создания представления о техническом элементе?

- + 1. Рассказ техники выполнения.
2. Выполнение упражнения в вариативных условиях.
- + 3. Объяснение техники.
4. Выполнение упражнения повторно.
- + 5. Показ наглядных пособий.
6. Проводка по движению.
7. Собственный показ.

17. Какие задачи решают в основной части урока по гимнастике?

- + 1. Развивать волевые и физические качества.
2. Способствовать оздоровлению занимающихся.
3. Повысить эмоциональное состояние.
- + 4. Формировать жизненно необходимые и спортивные двигательные навыки.

18. Что необходимо учитывать при составлении конспекта урока по гимнастике?

- + 1. Контингент занимающихся.
2. Этапы тренировки.
- + 3. Место проведения урока, его оснащение.
- + 4. Ближайшие задачи и содержание урока в соответствии с рабочим планом.
- + 5. Психологическую готовность.
- + 6. Частные задачи данного урока.
- + 7. Форму урока.

19. Какие основные технические ошибки встречаются при выполнении стойки на руках?

- + 1. Прогнутое или согнутое положение тела.
2. Разведены носки.
- + 3. Согнутые руки.
- + 4. Плечевой угол $< 180^0$.
- + 5. Расслабленные мышцы тела и ног.
6. Отсутствие сгибания в тазобедренных суставах

20. Назовите средства, развивающие силу:

- + 1. Упражнения на гимнастических снарядах
- + 2. Общеразвивающие упражнения с отягощением.
- + 3. Упражнения с предельным весом (штанга).
- + 4. Упражнения с непредельным весом (штанга).
- + 5. Специальные упражнения с отягощением, амортизаторами.
- + 6. Общеразвивающие и специальные упражнения с отягощением, выполняемые на предельной скорости.
7. Акробатические упражнения.
- + 8. Фиксация отдельных положений (крест, горизонтальный вис, упор).

9. Многократные наклоны вперед.

21. С какой операции технологической схемы следует начинать обучение гимнастическим упражнениям?

22. Что понимается под физическим качеством «выносливость»?

- 1. Способность занимающихся быстро производить мышечные сокращения
- + 2. Способность совершать заданную работу длительное время, не снижая ее интенсивность.
- 3. Способность быстро ориентироваться в неожиданно складывающейся обстановке.
- 4. Способность использовать потенциальную анатомическую подвижность
- 5. Одновременно в нескольких суставных соединениях.
- 6. Степень напряжения, которую могут развить мышцы.

•

• 23. Что больше в процентном соотношении моторная или общая плотность урока?

- 1. Общая; 2. Моторная; 3. Они одинаковы

• 24. Что понимается под физическим качеством «ловкость»?

- 1. Степень напряжения, которую могут развить мышцы.
- 2. способность показать потенциальную анатомическую подвижность одновременно в нескольких суставных соединениях.
- + 3. Способность быстро ориентироваться в неожиданно складывающейся обстановке.
- 4. Способность совершать заданную работу длительное время.
- 5. Способность быстро производить мышечные сокращения.

25. Определите основные тенденции развития современной гимнастики. Выберите правильный ответ: + 1. Омоложение гимнастики.

+ 2. Рост трудности программ за счет включения сверхсложных элементов.

3. Появление новых видов гимнастического многоборья.

•

+ 4. Рост интенсивности подготовки спортсменов.

26. Какая команда подаётся для передвижения по диагонали?

Выберите правильный ответ: 1. Налево по диагонали – марш!

2. По диагонали направо – марш!

+ 3. По диагонали – марш!

27. Какие из ниже перечисленных ответов не относятся к частям урока?

Выберите правильный ответ: 1. Основная.

+ 2. Вспомогательная.

4. Заключительная.

+ 5. Окончательная.

28. Расставьте в правильной последовательности ОРУ (пронумеруйте):

2. 1 - на ноги;

3. 2 - на руки;

1. 3 - потягивание;

7. 4 - брюшной пресс;

4. 5 - прямые мышцы туловища;

8. 6 - на мышцы спины;

6. 7 - на все группы мышц;

5. 8 - на боковую поверхность туловища;

11. 9 - прыжки;

10. 10 - махи;

12. 11 - восстановление дыхания;

9. 12 - на растягивание мышц задней поверхности бедра.

29. Выберите правильное определение (подчеркните):

а) Интервал это: 1 - расстояние по фронту между занимающимися;

2 – расстояние между занимающимися в шеренге;

3 – расстояние между занимающимися, стоящими в колонну;

4 – расстояние между колоннами;

5 – расстояние между локтями занимающихся в шеренге.

- б) Колонна это: 1 – расположение занимающихся в затылок друг другу;
2 – строй, в котором занимающиеся стоят в затылок друг другу;
3 – строй, в котором занимающиеся стоят по росту;
4 – строй, в котором занимающиеся стоят лицом в одном направлении.
- в) Тыл это: 1 – расположение занимающихся спиной в одну сторону;
2 – сторона строя противоположная фронту;
3 – строй, в котором занимающиеся стоят по одной линии спиной в одну сторону;
4 – сторона строя, в которую занимающиеся обращены спиной.
- г) Ширина строя это: 1 – длина шеренги;
2 – расстояние между флангами;
3 – расстояние от начала до конца строя;
- д) Дистанция это: 1 – расстояние между занимающимися, расположенными в колонне;
2 – расстояние в глубину между занимающимися;
3 – расстояние между шеренгами;
4 – определенное расстояние между стоящими в шеренге.
- е) Шеренга это: 1 – размещение занимающихся по одной линии;
2 – строй, в котором занимающиеся размещены один возле другого на одной линии лицом в одну сторону;
3 – строй, в котором занимающиеся размещены один возле другого на расстоянии ширины ладони на одной линии;
4 – размещение занимающихся на одной линии плечом к плечу;
5 – расположение занимающихся в одну линию, плечом к плечу с определенным интервалом.
- ё) Направляющий это: 1 – первый в колонне;
2 – занимающийся,двигающийся в указанном направлении первым;
3 – занимающийся, за которым движется весь строй;
4 – занимающийся, стоящий илидвигающийся в указанном направлении первым в колонне.
- ж) Строй это: 1 – установленное уставом размещение занимающихся;
2 – размещение занимающихся для их совместных действий;
3 – установленное уставом размещение занимающихся для их совместных действий;
4 – перестроение занимающихся особым образом;
5 – расстановка занимающихся в установленном порядке с соблюдением дистанции и интервала.
- з) Фланг это: 1 – край строя;
2 – правая и левая оконечности строя;
3 – правая и левая оконечности шеренги;
4 – начало и конец строя.
- и) Фронт это: 1 – строй, когда занимающиеся стоят лицом в одну сторону;
2 – сторона строя, в которую занимающиеся обращены лицом;
3 – построение занимающихся по одной линии, лицом в одну сторону;
4 – передняя линия строя;
5 – лицевая часть строя, шеренги, колонны.

РАЗДЕЛ 2 «ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

2.1.НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС

1. История происхождения игры.
2. Общие правила одиночной игры.
3. Общие правила парной игры.
4. Размеры игрового стола.
5. Размеры ракетки.
6. Виды соревнований по настольному теннису.
7. Сигналы судей.
8. Способы держания ракетки.
9. Разновидности ударов по мячу.
10. Виды перемещений теннисиста.

11. Разновидности подачи.
12. Тактические взаимодействия теннисиста при одиночной игре.
13. Тактические взаимодействия теннисиста при парной игре.
14. Положение о соревнованиях.
15. Организация проведения мини-турнира по настольному теннису.
16. Одежда теннисиста для игры.
17. Правила правильной подачи.
18. Количество партий в игре.
19. Розыгрыш очка.
20. До какого количества очков играется партия.
21. Причины травматизма при занятиях настольным теннисом.

Задания для самостоятельной работы.

1. Изучение рекомендуемой литературы.
2. Изучение правил соревнований.
3. Подготовка комплексов упражнений или частей урока в соответствии с требованиями.
4. Проведение педагогических наблюдений.
5. Провести по заданию на группе различные части урока.
6. Судить игру в качестве судьи у стола и на протоколе.
7. Просмотр видео.
8. Подготовка к сдаче контрольных нормативов по ОФП и технической подготовленности.
9. Составить положение о соревнованиях (мини-турнир) по настольному теннису.
10. Подготовка к написанию реферата.
11. Подготовка к контрольной работе.
12. Учить сигналы судей.

2.2. ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

1. Дайте определение подвижной игры.
2. Какие игры нельзя давать детям младшего школьного возраста.
3. Чаще всего какие игры следует давать учащимся старшего школьного возраста.
4. Какие игры чаще всего следует использовать в работе с детьми младшего школьного возраста.
5. От чего в первую очередь зависит выбор подвижной игры для ее проведения.
6. Что входит в сценарий программы соревнований по «Веселым стартам».
7. Кто является авторами учебного пособия «Подвижные игры для ИФК».
8. Какие подвижные игры подходят для развития быстроты.
9. Какие подвижные игры подходят для развития силы.
10. Какие подвижные игры подходят для развития гибкости.
11. Какие подвижные игры подходят для развития выносливости.
12. Какие подвижные игры подходят для развития ловкости.
13. Присваиваются ли разряды и звания в соревнованиях по комплексу «Подвижных игр».
14. Какие существуют разновидности соревнований по комплексу «Подвижных игр».
15. Какие можно использовать подвижные игры в занятиях спортивными играми.
16. Какие следует использовать подвижные игры на удлиненных переменах и в группах продленного дня.

Задания для самостоятельной работы.

1. Изучение рекомендуемой литературы.
2. Выполнение домашних заданий.
3. Написание сценариев праздников по «Веселым стартам».
4. Проведение педагогических наблюдений.
5. Написать конспект в соответствии с задачей урока.
6. Провести по заданию на группе подвижные игры и «Веселые старты».
7. Судить подвижную игру.

8. Написание рефератов по заданию.
9. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие).
10. Провести педагогический анализ и самоанализ проведения урока.
11. Выявить причины травматизма при занятиях подвижными играми.

2.3. БАСКЕТБОЛ

1. Физические качества баскетболиста: требования к физической подготовке баскетболиста. Понятие о физических качествах.
2. Задачи, методы, средства развития основных физических качеств баскетболиста
3. Техника баскетболиста. Общая характеристика техники физических упражнений.
4. Особенности современной техники
5. Анализ техники, как совокупность всех звеньев.
6. Техника и её педагогическое значение
7. Характеристика двигательной структуры отдельных приёмов и их сочетаний
8. Техника и игровая функция
9. Принципы классификации техники игры и её содержание
10. Факторы влияющие на развитие техники игры
11. Анализ приёмов техники нападения и защиты
12. Методика обучения приёмам техники в нападении и защите
13. Классификация техники игры
14. Принципы классификации тактики игры
15. Анализ приёмов тактики нападения и защиты
16. Методика обучения приёмам тактики нападения и защиты
17. Классификация тактики игры
18. Подбор упражнений и комплексов, составление конспекта и проведение урока по заданию
19. Правила игры и методика судейства, их историческое развитие
20. Изменение правил игры, как объективная необходимость, вызванная развитием игры
21. Содержание разделов игры
22. Методика судейства в баскетболе.

2.4. ВОЛЕЙБОЛ

1. Где зародилась игра в волейбол?
2. Какие разделы включали в себя первые правила по волейболу?
3. Когда впервые стали проводиться международные соревнования по волейболу?
4. В каком году волейбол впервые был включён в программу олимпийских игр?
5. Что представляет собой площадка для игры в волейбол?
6. Какое оборудование и инвентарь необходимо для игры в волейбол?
7. Назовите ведущие отечественные волейбольные клубы и игроков.
8. На какие две группы делится техника игры в волейбол?
9. Какие технические приёмы относятся к технике нападения?
10. Чем отличаются стойки волейболиста в защите и в нападении?
11. Перечислите основные способы перемещений волейболистов по площадке? В чём их отличительная особенность?
12. Какие технические приёмы относятся к технике защиты?
13. Какие фазы можно выделить в технических приёмах волейбола?
14. Перечислите основные способы и разновидности подач?
15. Какие упражнения используются для развития прыгучести волейболиста?
16. Назовите основные виды скоростных способностей?
17. Дайте определение выносливости. Назовите основные методы и средства её развития?
18. Какие методы используются для развития быстроты?
19. Из каких основных фаз состоит техника верхней прямой подачи?
20. Дайте биомеханический анализ техники прямого нападающего удара по ходу.

21. Назовите типичные ошибки в технике передачи мяча двумя руками сверху.
22. Назовите типичную схему обучения техническим приёмам волейбола?
23. Проведите биомеханический анализ блокирования.
24. Назовите основные причины современных изменений в правилах игры.
25. Какое значение для подготовки волейболистов играют соревнования?
26. Какие основные виды соревнований и бывают?
27. Перечислите достоинства и недостатки круговой системы проведения соревнований.
28. Перечислите достоинства и недостатки системы проведения соревнований с выбыванием?
29. Какие основные пункты должны быть отражены в положении о соревнованиях?
30. Назовите состав судейской бригады для проведения соревнований.
31. Какие права и обязанности имеет первый судья?
32. Какие права и обязанности имеет второй судья?
33. Назовите права и обязанности судьи-секретаря.

Примерная тематика рефератов

РАЗДЕЛ 1 «ГИМНАСТИКА»

1 семестр

1. Гимнастика в современной системе физического воспитания.
2. История развития гимнастики.
3. Виды гимнастики и их классификация.
4. Особенности терминологии в гимнастике.
5. Меры предупреждения травматизма на занятиях по гимнастике.
6. Страховка и помощь на занятиях по гимнастике.
7. Музыкальное сопровождение занятий по гимнастике.
8. Требования к местам проведения занятий гимнастикой и их оборудованию.
9. Особенности использования методов слова в гимнастике.
10. Особенности использования наглядных методов обучения в гимнастике.
11. Строевые упражнения как средство гимнастики.
12. Общеразвивающие упражнения как средство гимнастики.
13. Методика проведения общеразвивающих упражнений.
14. Прикладные упражнения как средство гимнастики.
15. Вольные упражнения как средство гимнастики.
16. Меры предупреждения травм на занятиях по гимнастике.
17. Гимнастические залы и оборудование для занятий гимнастикой.

2 семестр

1. Упражнения на брусьях как средство гимнастики.
2. Упражнения на коне как средство гимнастики.
3. Упражнения на перекладине как средство гимнастики.
4. Упражнения на кольцах как средство гимнастики.
5. Упражнения на брусьях разной высоты как средство гимнастики.
6. Упражнения на бревне как средство гимнастики.
7. Прыжки как средство гимнастики.
8. Акробатические упражнения как средство гимнастики.
9. Характеристика упражнений художественной гимнастики.
10. Характеристика физической подготовки гимнастов.
11. Особенности развития силы в гимнастике.
12. Особенности развития гибкости в гимнастике.
13. Особенности воспитания выносливости в гимнастике.
14. Особенности воспитания скоростных качеств в гимнастике.

1. семестр

1. Структура гимнастических упражнений.
2. Анализ техники выполнения и методика обучения опорным прыжкам.
3. Анализ техники выполнения и методика обучения гимнастического упражнения по выбору.
4. Особенности практических методов обучения в гимнастике.
5. Характеристика методических приемов обучения гимнастическим упражнениям.
6. Структура обучения в гимнастике.
7. Планирование учебно-тренировочного процесса гимнастов.
8. Характеристика раздела "Гимнастика" в программе по физической культуре в школе.
9. Характеристика урока гимнастики в школе.
10. Особенности урока гимнастики в общеобразовательной школе.
11. Регулирование функциональной и психической нагрузки на уроке гимнастики.
12. Характеристика секционных занятий по гимнастике в школе.
13. Подготовка, проведение массовых школьных соревнований по гимнастике.

РАЗДЕЛ 2 «ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»**1 семестр – «Настольный теннис»**

1. История возникновения игры в настольный теннис
2. Основные правила одиночной игры
3. Основные правила парной игры
4. Техника и тактика игры в настольный теннис
5. Оборудование и инвентарь для игры в настольный теннис
6. Сигналы судей
7. Методика организации и проведения соревнований (мини-турниры)
8. Положение о соревнованиях по настольному теннису на первенство группы
9. Средства и методы, используемые в обучении настольным теннисом

2 семестр – «Подвижные игры»

1. Возникновение и развитие подвижных игр.
2. Подвижные игры в работе с детьми младшего школьного возраста.
3. Подвижные игры в работе с детьми среднего школьного возраста.
4. Подвижные игры в работе с подростками старшего школьного возраста.
5. Подвижные игры в занятиях спортивными играми.
6. Подвижные игры для развития быстроты и ловкости.
7. Подвижные игры для развития гибкости и быстроты.
8. Подвижные игры для развития выносливости.
9. «Веселые старты» для детей младшего школьного возраста.
10. «Веселые старты» для детей среднего школьного возраста.
11. «Веселые старты» с набивными мячами.
12. «Веселые старты» с обручами.
13. «Веселые старты» с кеглями.
14. «Веселые старты» в парах.
15. «Веселые старты» в оздоровительном лагере.
16. «Веселые старты» в спортивном лагере.

Перечень вопросов к теоретическому зачету**РАЗДЕЛ 1 «ГИМНАСТИКА»****2 семестр**

1. Место и значение гимнастики в системе физического воспитания.

2. Гимнастика, как учебная и научная дисциплина.
3. Краткая история развития гимнастики.
4. Современное состояние, тенденции и проблемы развития гимнастики.
5. Задачи, средства и методические особенности гимнастики.
6. Виды гимнастики.
7. Основные гигиенические требования к местам занятий (освещение, вентиляция, нормы вместимости и др.)
8. Снаряды для занятий гимнастикой и их значение. Подготовка, рациональное размещение для занятий и уборка снарядов.
9. Характеристика травм, возможных при занятиях гимнастикой. Причины травматизма. Профилактика травматизма.
10. Понятие помощи, страховки, значение помощи, страховки для обеспечения безопасности занятий.
11. Зависимость обеспечения безопасности занятий от организации и методики проведения занятий, от дисциплинированности занимающихся, основы доврачебной помощи при травмах
12. Характеристика оздоровительных видов гимнастики, их направленности и задачи. Значение этих видов для физического совершенствования человека.
13. Определение понятия термин, терминология и правила образования терминов для движений и статических положений.
14. Характеристика основных и дополнительных терминов, значение терминологии в гимнастике и правила их образования и применения (показать на примерах).
15. Основные требования, применяемые в гимнастической терминологии. Раскрыть на примерах.
16. Правила и формы записи ОРУ (примеры ОРУ, записанные 2 формами).
17. Правила записи упражнений с предметами: пример ОРУ с мячом, на гимнастической скамейке, на гимнастической стенке, в парах.
18. Правила записи в/у (показать на примерах 2 способами).
19. Правила записи упражнений на гимнастических снарядах (показать на примерах 2 способами).
20. Определение терминов: сед, мах, наклон, присед, выпад, поворот.
21. Определение терминов: размахивания, кач, спад, подъем.
22. Определение терминов: мах дугой, вскок, соскок, упор.
23. Равновесие, группировка, перекат, кувырок, переворот, сальто, мост, шпагат, стойка – определение терминов.
24. Техника выполнения висов: смешанных, простых, примеры висов на гимнастической стенке, брусьях р/в, перекладине.
25. Техника выполнения упоров смешанных и простых, на бревне, брусьях, перекладине.
26. Назначение ОРУ и их классификация.
27. Краткая характеристика упражнений без предметов и с предметами, упражнений на гимнастической стенке, скамейке.
28. Воздействие ОРУ на организм занимающихся. Отличительные особенности ОРУ от других видов упражнений.
29. Схема и принципы составления комплексов ОРУ.
30. Значение ОРУ для подготовки к предстоящей деятельности (показать связь с основной частью урока), характеристика отдельного метода проведения ОРУ.
31. Технология проведения ОРУ отдельным способом. Место, действие, команды преподавателя.
32. Технология проведения ОРУ проходным способом. Место, действие, команды преподавателя.
33. Характеристика поточного, поточно-серийного метода проведения ОРУ и основные требования, предъявляемые к нему.
34. Приемы регулирования нагрузки при проведении ОРУ.

35. Характеристика строевых упражнений и их классификация.
36. Педагогическое значение строевых упражнений, роль строевых упражнений в организации занимающихся на уроке (примеры).
37. Основные требования, предъявляемые к преподавателю, учителю, внешний вид, умение держаться перед строем, выбор места, значение команд, умение подавать команды, умение исправлять ошибки.
38. Правила подачи команд при перестроениях (в движении и на месте по 2 примера).
39. Правила подачи команд при размыканиях и смыканиях (4 примера).
40. Влияние ОРУ и строевых упражнений на формирование правильной осанки
41. Задачи, средства, чередование упражнений в подготовительной части урока.
42. Методические приемы проведения подготовительной части урока.
43. Приемы регулирования нагрузки в подготовительной части урока и распределение средств.
44. Характеристика подготовительной части урока гимнастики (задачи, средства, методика проведения, методические приемы).

3 семестр

1. Правила записи вольных и акробатических упражнений (записать по терминологии одно из упражнений по заданию преподавателя, не менее 5-6 элементов).
2. Правила записи упражнений на гимнастических снарядах (записать по терминологии одно из упражнений по заданию преподавателя, не менее 5-6 элементов).
3. Значение занятий гимнастикой для формирования двигательной функции школьников.
4. Урок гимнастики - основная форма занятий гимнастикой в школе.
5. Характеристика подготовительной части урока гимнастики (задачи, средства, методика проведения, методические приемы).
6. Характеристика основной части урока гимнастики (задачи, средства, организация и методика проведения).
7. Характеристика заключительной части урока гимнастики (задачи, средства, методика проведения).
8. Общая и моторная плотность, приемы регулирования нагрузки на занятиях гимнастики. Способы повышения моторной плотности.
9. Требования к планированию учебного материала по гимнастике в школе. Документы планирования и их взаимосвязь.
10. Структура урока, содержание его частей и методические требования. Управление нагрузкой на уроке гимнастики.
11. ОРУ - средство развития физических качеств. Методика развития силы.
12. ОРУ - средство развития физических качеств. Методика развития гибкости.
13. Характеристика, значение, классификация прыжков. Техника и методика обучения фазам опорного прыжка.
14. Характеристика, содержание, методика обучения в/у.
15. Характеристика и классификация статических и силовых упражнений. Основы техники массовых и силовых упражнений.
16. Характеристика, классификация акробатических упражнений. Характеристика акробатических прыжков.
17. Характеристика упражнений на гимнастических снарядах. Основы техники маховых упражнений.
18. Характеристика упражнений на гимнастических снарядах. Основы техники силовых упражнений.
19. Структура процесса обучения гимнастических упражнений (этапы, методы, приемы, условия).
20. Технология обучения гимнастическим упражнениям.
21. Техника и методика обучения перекатам (3 вида) (юноши, девушки).
22. Техника и технология обучения кувырку вперед.

23. Техника и технология обучения кувырку назад.
24. Техника и технология обучения стойке на лопатках (юноши, девушки).
25. Техника и технология обучения стойке на голове и руках (юноши, девушки).
26. Техника и методика обучения стойке на руках (юноши, девушки).
27. Техника и технология обучения перевороту в сторону (колесу) (юноши, девушки).
28. Техника и технология обучения прыжку в упор присев и соскоку прогнувшись.
29. Техника и технология обучения опорному прыжку согнув ноги.
30. Техника и технология обучения прыжку ноги врозь.
31. Техника и технология обучения разновидностям передвижения на бревне (д.),
32. Техника и технология обучения обороту назад в упоре на перекладине (юн.).
33. Техника и технология обучения обороту вперед из упора ноги врозь правой (левой) (девушки, юноши)
34. Техника и технология обучения простым и смешанным висам на различных снарядах.
35. Техника и технология обучения размахиванию в висе на перекладине (юноши).
36. Техника и технология обучения смешанными и простым упорам на различных снарядах.
37. Техника и технология обучения подъему разгибом на перекладине (юноши)
38. Техника и технология обучения соскоку прогнувшись махом одной, толчком другой с конца бревна (девушки).
39. Техника и технология обучения подъему махом вперед на параллельных брусьях (юноши).
40. Техника и технология обучения подъему переворотом махом одной, толчком другой в упор на н/ж на брусьях р/в (девушки).
41. Техника и технология обучения подъему переворотом силой на перекладине (юн.)
42. Техника и методика обучения кувырку вперед из седа ноги врозь на параллельных брусьях (юноши).
43. Техника и технология обучения соскоку с брусьев р/в из упора сидя углом на нижней жерди (девушки).
44. Техника и технология обучения размахиванию в упоре на брусьях (юн.).
45. Техника и технология обучения соскоку с бревна из упора стоя на колене одной махом другой через стойку на руках (девушки).
46. Техника и технология обучения соскоку махом назад на параллельных брусьях (юн.).

РАЗДЕЛ 2 «ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

2 семестр

«Настольный теннис»

1. Общая характеристика настольного тенниса как вида спорта.
2. Общие правила одиночной игры.
3. Общие правила парной игры.
4. Физическая подготовка теннисиста.
5. Техническая подготовка теннисиста.
6. Тактическая подготовка теннисиста.
7. Игровая подготовка теннисиста.
8. Тенденции современного тенниса.
9. Значение соревнований в учебно-тренировочном процессе по теннису.
10. Тесты для определения физической и технической подготовленности теннисиста.
11. Урок – основная форма проведения занятий по теннису.
12. Причины травматизма в теннисе.
13. Классификация техники игры.
14. Классификация тактики игры.
15. Классификация способов перемещения.
16. Классификация подач мяча.
17. Классификация ударов мяча.
18. Способы держания ракетки.

19. Анализ техники и методика обучения перемещениям (способ перемещения по выбору).
20. Анализ техники и методика обучения подачи с верхним вращением мяча.

«Подвижные игры»

1. Место подвижных игр в различных звеньях системы физического воспитания.
2. Определение подвижной игры как вида деятельности.
3. Специфические особенности подвижных игр в отличие от спортивных.
4. Материалистическая теория происхождения и развития игры.
5. Педагогическая группировка (классификация подвижных игр).
6. Основные задачи руководителя игры.
7. Написание конспекта и подготовка преподавателя к игре.
8. Объяснение игры и организация играющих.
9. Дозировка игры, определение ее итогов и оценка выполнения игровых действий.
10. Место подвижных игр в программе общеобразовательной школы.
11. Методика проведения игр в различных классах школы в связи с возрастными особенностями.
12. Особенности использования игр для различных видов подготовки в спорте (физической, технической, тактической, морально-волевой).
13. Организация и планирование материала по играм в летнем оздоровительном лагере.
14. Применение игр в режиме дня для оздоровительного лагеря: на зарядке, при обучении плаванию, на физкультурных занятиях, в работе спортивных кружков, по туризму.
15. Работа по играм в клубах, по месту жительства, в санаториях и домах отдыха, в группах здоровья.
16. Роль парков культуры и зон отдыха в организации работы по игре.
17. Подвижные игры во внеурочных формах работы.
18. Подвижные игры во внешкольных формах работы и в работе с населением.
19. Подвижные игры с детьми дошкольного возраста.
20. Организация и проведение физкультурно-массовых мероприятий с детьми разного возраста.

2. семестр **«Баскетбол»**

1. Характеристика игры в баскетбол.
2. Краткая историческая справка о развитии игры в баскетбол.
3. Классификация передач мяча в баскетболе.
4. Классификация бросков мяча в баскетболе.
5. Анализ техники и методика обучения стойкам и перемещениям.
6. Анализ техники и методика обучения остановкам в баскетболе.
7. Анализ техники и методика обучения поворотам.
8. Анализ техники и методика обучения ловле и передачи мяча двумя руками на уровне груди.
9. Анализ техники и методика обучения передачам мяча в движении.
10. Анализ техники и методика обучения ведению мяча.
11. Анализ техники и методика обучения броску 1-ой рукой с места.
12. Анализ техники и методика обучения броска двумя руками сверху с места.
13. Анализ техники и методика обучения броску 1-ой рукой сверху в прыжке.
14. Анализ техники и методика обучения вырыванию мяча.
15. Анализ техники и методика обучения выбиванию мяча на месте и в движении.
16. Заслоны в баскетболе и их характеристика. Методика обучения.
17. Личная система защиты. Методика обучения.
18. Зонная система защиты, ее основные варианты. Методика обучения.
19. Организация и проведение соревнований по баскетболу. Виды соревнований.
20. Круговая система проведения соревнований.
21. Система проведения соревнований с выбыванием.

22. Права и обязанности главного судьи.
23. Права и обязанности главного секретаря.
24. Права и обязанности 1-го судьи.
25. Права и обязанности 2-го судьи.
26. Перерывы и задержки в игре.
27. Правила замен.

«Волейбол»

1. История возникновения и развития игры.
2. История развития волейбола в России.
3. Общая характеристика игры в волейбол.
4. Тенденции развития волейбола.
5. Классификация техники игры.
6. Классификация тактики игры.
7. Игровое поле, оборудование и инвентарь для игры в волейбол.
8. Анализ техники и методика обучения прямой подаче.
9. Анализ техники и методика обучения передаче мяча двумя руками сверху.
10. Анализ техники и методика обучения передаче мяча двумя руками снизу.
11. Анализ техники и методика обучения нападающему удару.
12. Анализ техники и методика обучения блокированию.
13. Общая характеристика, задачи, средства и методы физической подготовки волейболистов.
14. Индивидуальные тактические действия в нападении.
15. Групповые тактические действия в нападении.
16. Командные тактические действия в нападении.
17. Индивидуальные тактические действия в защите.
18. Групповые тактические действия в защите.
19. Командные тактические действия в защите.
20. Организация и проведение соревнований по волейболу. Виды соревнований.
21. Круговая система проведения соревнований.
22. Система проведения соревнований с выбыванием.
23. Права и обязанности главного судьи.
24. Права и обязанности главного секретаря.
25. Права и обязанности 1-го судьи.
26. Права и обязанности 2-го судьи.
27. Перерывы и задержки в игре.
28. Правила замен.

РАЗДЕЛ 3 «ТУРИЗМ И СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ»

2 семестр

1. Роль туризма в системе физкультурно-массовой и спортивной работы.
2. История развития туризма в России.
3. Структура руководства туризмом в стране.
4. Формы и виды массового туризма: самостоятельный, плановый туризм с различными формами.
5. Пешеходный туризм и его особенности.
6. Горный туризм и его особенности.
7. Лыжный туризм и его особенности.
8. Водный туризм и его особенности.
9. Присвоение званий и разрядов в туризме, значок «турист России».

10. Туристические походы: степенные и категорийные.
11. Документация по туризму и её оформление.
12. Значение и роль топографии в туризме.
13. Рельеф местности и способы его изображения.
14. Условные знаки и их разновидности.
15. Компас и его устройство.
16. Ориентирование на местности без карты.
17. Понятие об азимуте и движение по азимуту.
18. Ориентирование на местности по карте.
19. Простейшие правила измерения расстояний.
20. Организация и устройство бивуаков.
21. Питание и его организация в походе.
22. Спортивное ориентирование, его задачи и виды.
23. История развития спортивного ориентирования.
24. Соревнования по спортивному ориентированию в заданном направлении.
25. Соревнования по спортивному ориентированию по выбору, эстафетное ориентирование.
26. Соревнования по спортивному ориентированию по маркированной трассе.
27. Гигиена туриста.
28. Меры безопасности и первая помощь в походе.
29. Деление туристических маршрутов на критерии сложности.
30. Правила соревнований по туристическому многоборью;
31. Правила соревнований по спортивному ориентированию;
32. Требования к расстановке «КП» и их оборудование.
33. Методика организации туристических походов с лицами, имеющими поражение опорно-двигательного аппарата.
34. Особенности организации реабилитационного туризма.
35. Противопоказания для участия в туристических мероприятиях.
36. Спортивные походы при заболеваниях органов слуха и речи; органов зрения; нервной системы; психики.
37. Спортивное ориентирование по тропам для спортсменов с нарушением ОДА.
38. Особенности постановки дистанции спортивного ориентирования по тропам для спортсменов с нарушением ОДА.
39. Подготовка соревнований по спортивному ориентированию по тропам для спортсменов с нарушением ОДА.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

семестр обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Практические занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
РАЗДЕЛ 1 «ГИМНАСТИКА»					
<i>первый</i>	Тема 1.1. Введение в предмет	4	2		2
<i>первый</i>	Тема 1.2. История развития гимнастики в России	2			2
<i>первый</i>	Тема 1.3.Гимнастическая терминология	10	2	4	4
<i>второй</i>	Тема 1.3. Гимнастическая терминология	4		2	2
<i>первый</i>	Тема 1.4. Средства гимнастики и методика их проведения 1.4.1. Содержание и методика проведения ОРУ, строевых и прикладных упражнений.	28	2	12	14

<i>второй</i>	1.4.1. Содержание и методика проведения ОРУ, строевых и прикладных упражнений	12		6	6
<i>первый</i>	1.4.2. Упражнения на гимнастических снарядах и опорный прыжок	36	2	16	16
<i>второй</i>	1.4.2. Упражнения на гимнастических снарядах и опорный прыжок	16		8	8
<i>первый</i>	1.4.3. Упражнения художественной гимнастики	16	2	6	8
<i>второй</i>	1.4.3. Упражнения художественной гимнастики	8		4	4
<i>первый</i>	1.4.4. Вольные и акробатические упражнения	24	2	10	12
<i>второй</i>	1.4.4. Вольные и акробатические упражнения	12		6	6
<i>первый</i>	1.4.5. Меры предупреждения травм на занятиях по гимнастике	12	2	4	6
<i>второй</i>	1.4.5. Меры предупреждения травм на занятиях по гимнастике	4		2	2
<i>первый</i>	1.4.6. Гимнастические залы и оборудование для занятий гимнастикой	6		2	4
<i>второй</i>	Тема 1.5. Техника и технология обучения гимнастическим упражнениям	24	2	8	12
<i>первый</i>	Тема 1.6. Формирование двигательной функции школьников средствами гимнастики 1.6.1. Особенности планирования и проведения урока по гимнастике в школе	20		10	10
<i>второй</i>	1.6.1. Особенности планирования и проведения урока по гимнастике в школе	24	2	10	12
<i>первый</i>	1.6.2. Физические качества и методика их развития в гимнастике	16		8	8
<i>второй</i>	1.6.2. Физические качества и методика их развития в гимнастике	20	2	8	10
	Итого по разделу:	288	20	120	148
РАЗДЕЛ 2 «ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»					
ПОДРАЗДЕЛ 2.1. «НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС»					
<i>Первый</i>	Тема 2.1.1. Значение настольного тенниса в системе физического воспитания	2	2		
<i>Первый</i>	Тема 2.1.2. Методика обучения основам техники и тактики игры в настольный теннис. Методика судейства соревнований	4		4	2
	Тема 2.1.3. Развитие физических	16		6	10

<i>Первый</i>	качеств. Изучение основных приемов игры техники в нападении и защите				
<i>Первый</i>	Тема 2.1.4. Развитие физических качеств. Совершенствование основных приемов техники игры в нападении и защите. Изучение основных тактических взаимодействий в защите и нападении	12		6	6
<i>Первый</i>	Тема 2.1.5. Развитие физических качеств. Совершенствование основных приемов техники игры в нападении и защите. Совершенствование основных тактических взаимодействий в защите и нападении	12		6	6
	Итого:	48	2	22	24
ПОДРАЗДЕЛ 2.2. «ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ»					
<i>Первый</i>	Тема 2.2.1. Значение подвижных игр в системе физического воспитания	2	2		
<i>Первый</i>	Тема 2.2.2. Классификация подвижных игр. Техника безопасности и предупреждения травматизма при занятиях подвижными играми.	6		2	4
<i>Первый</i>	Тема 2.2.3. Основные типы подвижных игр, имеющие различные педагогические задачи и двигательное содержание.	8		4	4
<i>Первый</i>	Тема 2.2.4. Подвижные игры в школьном уроке ФК и во внеурочных формах работы.	8		4	4
<i>Первый</i>	Тема 2.2.5. Подвижные игры во внешкольных формах работы, с населением, в ДОУ.	8		4	4
<i>Первый</i>	Тема 2.2.6. Подвижные игры в занятиях спортом (спортивные игры, легкая атлетика, лыжный спорт, гимнастика).	12		4	8
<i>Первый</i>	Тема 2.2.7. Игры в школьном уроке ФК. Игры во внеурочных формах работы, в занятиях спортом, в ДОУ. Физкультурно-массовые мероприятия для детей различного возраста.	36		18	18
	Итого:	80	2	36	42
ПОДРАЗДЕЛ 2.3. «БАСКЕТБОЛ»					
<i>второй</i>	Тема 2.3.1. Организация и проведение соревнований по	8	2		6

	спортивным играм.				
<i>второй</i>	Тема 2.3.2. Физические качества баскетболистов и методика их развития	8		6	10
<i>второй</i>	Тема 2.3.3. Техника и методика обучения перемещениям в баскетболе.	4		2	2
<i>второй</i>	Тема 2.3.4. Техника и методика обучения передачам в баскетболе.	4		2	2
<i>второй</i>	Тема 2.3.5. Техника и методика обучения бросков в баскетболе.	8		4	4
<i>второй</i>	Тема 2.3.6. Техника и методика обучения ведению мяча в баскетболе.	6		4	2
<i>второй</i>	Тема 2.3.7. Техника и методика обучения вырываниям, выбиваниям, накрываниям, добиваниям, перехватам и овладениям мячом в баскетболе.	6		2	4
<i>второй</i>	Тема 2.3.8. Тактические приёмы и взаимодействия в баскетболе и методика обучения им.	8		4	4
<i>второй</i>	Тема 2.3.9. Техническая подготовка в баскетболе	4		4	
Итого:		64	2	28	34
ПОДРАЗДЕЛ 2.4. «ВОЛЕЙБОЛ»					
<i>второй</i>	Тема 4.1. Физическая подготовка волейболистов.	14		8	6
<i>второй</i>	Тема 4.2. Основы техники игры в волейболе и методика обучения.	28		14	14
<i>второй</i>	Тема 4.3. Тактические приёмы и взаимодействия в волейболе и методика обучения им.	18		8	10
Итого:		60		30	30
Итого по разделу:		252	6	116	130
РАЗДЕЛ 3 «ТУРИЗМ И СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ»					
<i>Первый</i>	Характеристика спортивно-оздоровительного туризма и спортивного ориентирования	20	4	6	10
	Техника в спортивном туризме	16	2	6	8
<i>Первый</i>	Организация и проведение туристических походов экскурсий и прогулок с лицами с отклонением в состоянии здоровья.	16	2	6	8
<i>Первый</i>	Организация и проведение соревнований по туристическим	44	2	20	22

	видам многоборья и по спортивному ориентированию				
<i>Первый</i>	Организация и проведение соревнований по спортивному ориентированию по тропам для лиц с нарушением ОДА.	12	-	6	6
	Итого по разделу:	108	10	44	54
	Итого:	648	36	280	332

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Учет освоения дисциплины осуществляется в форме контрольных и реферативных работ, опроса по темам, микрозачётов по практико-методическим разделам работы, а также итогового контроля в конце 2,3,4 семестров.

Курс обучения завершается зачётом на 2 курсе, который предполагает:

- практическую демонстрацию умения проводить фрагменты школьного урока с применением средств освоенных на дисциплине;
- демонстрацию навыков показа средств гимнастики, настольного тенниса, подвижных игр, туризма и ориентирования (в условиях учебного занятия или соревнований);
- опрос в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Баршай, В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 314 с.
2. Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440.
3. Медведева, Е.Н. Технология формирования профессионально-педагогических умений на занятиях по гимнастике: учебное пособие для самостоятельной работы студентов/ Е.Н. Медведева, В.Н.Шляхтов, В.А.Солодянников, Л.Ф.Корнеева, Ю.В.Парохина, О.А.Поликарпова. - М.: Физическая культура, 2005. – 128с.
4. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика: учебник для студ. учреждений высш. проф.образования/ред. Е.С. Крючек, Р.Н. Терехина.- М. : Академия, 2012.- 288 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Аркаев Л.Я., Сучилин Н.Г. Как готовить чемпионов, - М.: Физкультура и Спорт, 2004. – 328с., ил.
2. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студ. Вузов физической культуры/ Под ред. Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 304с.
5. Кашеваров, Б.П. Руководство к самостоятельной работе студентов общего курса по дисциплине "Гимнастика" : учебно-метод. пособие / Б.П. Кашеваров, Н.Н. Серазетдинова, З.Н. Кудрявцева. - СПб., 2008. - 64 с.
6. Лагутин, А.Б. Гимнастика в вопросах и ответах : учеб. пособие / А.Б. Лагутин, Г.М. Михалина. - М. : Физическая культура, 2010. - 144 с.
7. Е.Н.Медведева Фитнес-аэробика в системе физического воспитания студентов / Медведева Е.Н., Стречкая Ю.В., Муштукова О.В. // Учебно-методическое пособие.- Великие Луки: Редакционно-издательский отдел ФГОУ ВПО «Великолукская ГСХА», 2009. – 50 с.
8. Спортивная гимнастика (мужчины и женщины): Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР и ШВСМ. – М.: Советский спорт, 2005. – 420с.
9. Художественная гимнастика: учебник / ред. Л.А. Карпенко. - М., 2003. - 408 с.

РАЗДЕЛ 2 «ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Рекомендуемая литература (основная)

1. Иванова, Т.С. Организационно-методические основы подготовки юных теннисистов: Учеб.пособие. М.: Физическая культура, 2007. – 117 с.
2. Барчукова, Г.В. Настольный теннис: Учеб.пособие. М.: Дивизион. 2008.- 188 с.
3. Навоточкин С. Настольный теннис./ С.Навоточкин, Л. Навоточкина// Спорт в школе. 2008.- №18. С. 4-32.
4. Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте: материалы междун.научно-практической конфер./ ред.О.Е.Лихачев, С.Г.Фокин. – Смоленск, 2011. – 231 с.
5. Белоножкина, О.В. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе.- Волгоград: Учитель. 2007. – 173 с.
6. Былеева, Л.В. Подвижные игр, Практический материал: учеб.пособие для студ.вузов физ.культуры /Л.В. Былеева, И.М. Коротков и др. - М.: ТВТ Дивизион, 2005.-280 с.
7. Видякин М.В. Спортивные праздники и мероприятия в школе. – Волгоград.Учитель. – 2007.- 127 с.
8. Львова Л.Г., Медведева Е.Н. Совершенствование физкультурного образования молодёжи на основе повышения мотивации к занятиям физическими упражнениями: Учеб.метод. пособие.- В.Луки: ВГСХА. 2011-79 с.
9. Львова Л.Г., Медведева Е.Н. Модернизация физкультурного образования на основе применения нетрадиционных видов двигательной деятельности в физическом воспитании школьников. Учебное пособие для студентов. Торжок,2011.
10. Подвижные игры: учебник / Былеева Л.В., Коротков И.М. и др. М.: Физическая культура, 2007. – 288 с.
11. Баскетбол: правила игры.- СПб.: Регион-Про,2006. – 120 с.
12. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения: учеб.пособие для студ. вузов / Д.И.Нестеровский. 4-е изд.,стер. – М.: Академия. 2008.- 336 с.
13. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения: учеб.пособие для студ. вузов / Д.И.Нестеровский. 5-е изд.,стер. – М.: Академия. 2010. 336 с.
14. Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры/ ред. А.В.Беляев, М.В.Савин. – 4-е изд. - М.:ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
15. Официальные волейбольные правила. – М.: Олимпия, 2007.– 96 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Демчук Е.Е. Инновационные технологии в подготовке квалифицированных спортсменов в современном настольном теннисе/ ред.О.Е.Лихачев, С.Г.Фокин. – Смоленск, 2011. – С.159-164.
2. Технологии физического воспитания подрастающего поколения: мат.Всерос. научно-практ. конференции.- Чайковский: ГИФК, 2009. – 218 С.
3. Варинов, В.В. Формирование технико-тактической подготовленности спортсмена в настольном теннисе: автореф.дис....канд.пед.наук.- Краснодар, 2009. – 22 с.
4. Менжуев, В.Б. Веселые старты/Физкультура в школе.-2005.-№ 6.- С.15-18.
5. Михайлов, И. Игры у елки.- Физическая культура в школе.-2011.-№7.-с. 59-62.
6. Ростик, Н.Н. Веселые старты с дедом Морозом.- Физическая культура в школе .- 2005. - №8.- с. 62-64.
7. Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте / О.Е.Лихачёв, С.Г. Фомин. – Смоленск. 2011. – 231 с.
8. Баскетбол: программа для ДЮСШ и СДШОР.- М.: Советский спорт, 2004.- 100 с.
9. Лепешкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры: метод.пособие / В.А. Лепешкин. – М.: Советский спорт, 2011. – 98 с.
10. Теория и методика баскетбола: рабочая программа (специальность 022300 – «Физическая культура и спорт» Моск.гос.акад.физ.культуры.- Малаховка: МГАФК, 2005. – 92 с.
11. Яхонтов, Е.Р. Физическая плдготовка баскетболистов: учеб.пособие / Е.Р. Яхонтов. – 2-е изд.,перераб. И доп. – СПб.: СПбГУФК им.П.Ф.Лесгафта, 2006. – 134 с.

12. Железняк, Ю.Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: Учеб. 7-ое изд., стер. – М.: Академия, 2012. – 518с.
13. Кириллов, Е.Н. Методика обучения техническим приёмам в волейболе: Учеб.пособие / Е.Н. Кириллов.- Чайковский : ЧГИФК, 2003. – 56 с.
14. Методика обучения передачи мяча двумя руками снизу в волейболе : Учеб.пособ. / Е.Н.Кириллов.- Чайковский: ЧГИФК, 2003. – 44 с.
15. Железняк, Ю.Д. Волейбол: метод.пособие по обучению игре / Ю.Д.Железняк, В.А. Кунянский, А.В. Чачин. – М.: Терра- Спорт; Олимпия Пресс, 2005. – 112 с.

3.26. Рабочая программа дисциплины «Технологии физкультурно-спортивной деятельности» основной образовательной программы направления подготовки 034400 (62) – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) по профилю подготовки – адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника – бакалавр

Форма обучения очная

Авторы-разработчики: Медведева Е.Н., к.п.н., профессор; Львова Л.Г., к.п.н., доцент; Никулина Ж.В., к.п.н., доцент; Белкин В.В., к.п.н., ст. преподаватель

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основной целью изучения дисциплины является освоение знаний, методических и практических умений и навыков в области технологий физкультурно-спортивной деятельности для работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями различных возрастных групп во всех видах адаптивной физической культуры: адаптивном физическом воспитании, адаптивном спорте, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации, экстремальных и креативных (художественно-музыкальных) телесноориентированных видах двигательной активности.

Задачи дисциплины

Основными задачами всех видов учебных занятий по дисциплине является:

- обеспечить освоение студентами основ знаний в области технологий физкультурно-спортивной деятельности, целостное осмысление содержательной стороны профессиональной деятельности в адаптивной физической культуре;
- сформировать у студентов практические умения и навыки выполнения основных физических упражнений, используемых в различных видах технологий физкультурно-спортивной деятельности;
- обеспечить освоение студентами методических умений и навыков проведения занятий по различным видам адаптивной физической культуры с использованием изученных технологий физкультурно-спортивной деятельности применительно к инвалидам и лицам с ограниченными возможностями различных возрастных и нозологических групп;
- сформировать у студентов самостоятельность и творческий подход при использовании различных технологий физкультурно-спортивной деятельности, обеспечить освоение ими опыта продуктивной методической и практической деятельности в процессе применения физических упражнений, естественно-средовых и гигиенических факторов;
- обеспечить освоение студентами опыта эмоционально-ценностного отношения к будущей профессиональной деятельности в процессе практических знаний и педагогической практики на основе применения изученных технологий физкультурно-спортивной деятельности.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

«Технология физкультурно-спортивной деятельности» относится к дисциплинам базовой части профессионального цикла профессиональной образовательной программы направления 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)»

Данная дисциплина изучается в течение 5 и 7 семестров. Итоговой формой контроля результатов освоения каждого из разделов дисциплины является зачёт в 5 и 7 семестрах.

При изучении этой дисциплины студенты осваивают педагогический инструментарий воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с помощью физических упражнений, естественно-средовых и гигиенических факторов.

Данная дисциплина является закономерным продолжением изучаемых дисциплин: «Педагогики и психологии», «Естественно-научных основ физической культуры», «Анатомии человека», «Истории физической культуры». Она обеспечивает успешное изучение в дальнейшем «Педагогики физической культуры», «Теории и методики физической культуры»,

«Физиологии человека» «Биомеханики двигательной деятельности», «Безопасности жизнедеятельности», «Теории и организации адаптивной физической культуры», «ЛФК и массаж», «Физической реабилитации» прохождения профессионально-профильной практики.

Одновременно технологии физкультурно-спортивной деятельности сами выступают как база практической и методической подготовки студентов к освоению дисциплин данного направления, а также для успешного прохождения учебной и производственной практики.

На теоретических занятиях раскрываются теоретические и методические вопросы технологии применения различных видов физических упражнений с инвалидами и лицами, имеющими ограниченные возможности.

Практические занятия носят учебно-методический характер, решают задачи технического овладения упражнениями, эстетического воспитания, развития физических и личностных качеств будущего педагога. Разновидностью практических занятий является учебная практика, которая предусматривает выполнение учащимися заданий преподавателя по овладению навыками проведения различных видов физических упражнений.

В учебно-тренировочном процессе реализуются следующие образовательные технологии: - традиционная технология обучения; технология интерактивного (активного обучения); технология программированного обучения; технология дистанционного обучения; информационные технологии обучения; мультимедийные технологии обучения и др.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс освоения дисциплины «Технологии физкультурно-спортивной деятельности» направлен на формирование следующих компетенций: ОК-3, ОК-5, ПК -1, ПК-3, ПК-7, ПК-8, ПК-10, ПК-21, ПК-23, ПК -41, ПК-42.

В результате изучения дисциплины «Технологии физкультурно-спортивной деятельности» студенты должны:

1) знать:

- технику физических упражнений, составляющих основу изученных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности;
- методику обучения двигательным действиям, используемых в различных видах технологий физкультурно-спортивной деятельности;
- методику развития и совершенствования физических способностей при использовании тех или иных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности с целью коррекции и компенсации имеющихся функциональных нарушений, профилактики конкретных заболеваний;
- методы воспитания и самовоспитания занимающихся, особенности взаимодействия в группе, способы коррекции и регуляции психоэмоционального состояния с помощью физических упражнений;
- особенности организации и построения занятий при реализации конкретной технологии физкультурно-спортивной деятельности в различных видах адаптивной физической культуры;
- показания и противопоказания для использования тех или иных физических упражнений с занимающимися различных возрастных и нозологических групп;
- особенности медицинского и педагогического контроля и самоконтроля на занятиях с занимающимися;
- способы оказания помощи и страховки, меры обеспечения безопасности, профилактики травматизма, создания психологического комфорта на занятиях;
- спортивные снаряды, инвентарь, технические средства и тренажеры, используемые в различных технологиях физкультурно-спортивной деятельности;

2) уметь: - формулировать задачи, подбирать средства, методы, методические приемы обучения двигательным действиям, развития и совершенствования физических способностей занимающихся, формы организации занятий;

- проводить занятия с использованием изученных технологий физкультурно-спортивной деятельности;
- регулировать физическую и психоэмоциональную нагрузку в процессе занятий;

- организовывать и проводить спортивные праздники, фестивали, состязания, игры с участием занимающихся с ограниченными возможностями, включая инвалидов;

- правильно трактовать и учитывать в своей деятельности результаты медико-психолого-педагогической диагностики;

- проводить педагогические наблюдения, тестирование, анализировать деятельность занимающихся и свою собственную, вносить необходимые коррективы в работу;

- использовать в своей деятельности спортивные снаряды, инвентарь, технические средства, тренажеры, характерные для конкретных технологий физкультурно-спортивной деятельности;

- осуществлять процесс воспитания занимающихся, исходя из личностно-ориентированной гуманистической концепции отношения общества к людям с ограниченными возможностями;

- формировать у занимающихся умения и навыки самовоспитания в процессе занятий теми или иными видами физкультурно-спортивной деятельности;

3) владеть: терминологией и показом упражнений составляющие основу изученных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности, приёмами физической помощи и страховки, обеспечивающих безопасность и профилактику травматизма на занятиях, организацией форм занятий по физкультурно-спортивной деятельности.

Материально-техническое оснащение

Осуществление процесса обучения по разделам дисциплины «Физическая культура» требует наличия технического оснащения, соответствующего санитарно-гигиеническим нормам и требованиям правилам соревнований по изучаемым видам двигательной деятельности.

По гимнастике:

- методический кабинет, оснащенный мультимедийным оборудованием, DVD и CD проигрывателями, видеомэгнитофоном, видеокамерой, телевизором, специальной учебно-методической литературой, электронными накопителями (кассетами, дисками) с информацией по видам гимнастики;

- гимнастический зал, укомплектованный спортивными и вспомогательными снарядами и оборудованием (рейтер, ковёр для художественной гимнастики, гимнастические маты и зоны приземления, стол для опорного прыжка и мостики, брусья параллельные и разновысокие, бревно, кольца, перекладина, конь/махи, батут с поролоновой ямой, хореографический станок и зеркала, гимнастические стенки и скамейки, канат, ёмкость для магнезии);

- гимнастический инвентарь (мячи для художественной гимнастики, обручи, скакалки, палки гимнастические и утяжелённые, мячи для фитнеса, степ-платформы, набивные мячи, кегли, булавы),

- музыкальное оборудование (фортепиано, музыкальный центр, колонки и микрофон).

По спортивным играм:

- специально оборудованный методический кабинет с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками, видеокамерой, а также телевизором, DVD и видеомэгнитофоном для демонстрации телевизионных спортивных программ и учебных видеороликов;

- зал спортивных игр с площадками для баскетбола и две для волейбола (основная и дополнительная);

- игровой инвентарь: баскетбольные, футбольные мячи, набивные мячи, скакалки, кегли, гимнастические палки и скамейки, обручи;

- оборудования: щиты и стойки баскетбольные, корзины для баскетбола, сетки для корзин баскетбола, футбольные ворота, электронное табло, отягощения и эспандеры .

По лёгкой атлетике:

- методический кабинет, оснащенный мультимедийным оборудованием, видеокамерой, телевизором, специальной учебно-методической литературой, электронными накопителями (кассетами, дисками) с информацией по видам лёгкой атлетики;

- легкоатлетические стадион и зал, имеющие сектора по видам лёгкой атлетики в соответствии с требованиями правил соревнований;
- лёгкоатлетический инвентарь и вспомогательное оборудование (ядра различного веса; мячи, гранаты, копья, молоты различного веса и диски для метания; зону приземления, стойки, планки и шесты для прыжков в высоту и в длину; барьеры и препятствия для бега; гимнастические стенки, скамейки, тумбы, скакалки, кегли, эстафетные палочки; флажки для разметки, стартовые флажки, стартовые пистолеты).

По плаванию:

- специально оборудованный методический кабинет с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками, видеокамерой, а также телевизором, DVD и видеомagneтофоном для демонстрации телевизионных спортивных программ и учебных видеороликов;
- бассейн, подсобные помещения, душевые и раздевалки, соответствующие санитарно-гигиеническим требованиям;
- инвентарь: доски для плавания, «колобашки», «доски-колобашки», «восьмерки», мешки для торможения, трубки, нудлсы, пояса поддерживающие, пояса для беременных, аквагантели, акваперчатки, манжеты на лодыжки, аква-ботинки, аквадиски.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Технология физкультурно-спортивной деятельности» содержит разделы:

Раздел 1. Гимнастика.

Раздел 2. Спортивные игры.

Раздел 3. Плавание.

Раздел 4. Профессионально-ориентированные виды спортивной деятельности.

Раздел 5. Лёгкая атлетика.

**Технологическая карта преподавания и освоения учебно-практического материала
по дисциплине «Технология физкультурно-спортивной деятельности»**

№ п/п	Название темы	Содержание учебного занятия	Учебно-методические пособия и инструментарий	Самостоятельная работа	Форма контроля
1	2	3	4	5	6
Третий курс					
Раздел 1. Гимнастика					
1	Аэробика как вид двигательной активности. Адаптивное направление аэробики.	Лекция (2 часа). Оздоровительная аэробика и её место в системе оздоровления и реабилитации людей. 1. Понятие «здоровье» соматическое, физическое, психическое, нравственное. 2. Показатели здоровья. 3. Предболезнь и болезнь. 4. Адаптивные направления аэробики и характеристика их влияния на организм человека.	Мультимедийное сопровождение лекции, образцы литературы. 1. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студ. Вузов физической культуры/ Под ред. Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. -304с. 2. Люлк Л.В., Артемьева Ж.С. Биоэнергетические основы оздоровительной тренировки в аэробике: учебное пособие / Л.В.Люлк, Ж.С.Артемьева; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург.– СПб., 2010.	(2 часа) Изучение дополнительной литературы по теме лекции. Подготовка к контрольной работе №1. Написание реферата по теме (от 10 до 20 страниц) и выступление с докладом (5-10 мин.) перед группой	Микрозачёт
2	Особенности содержания, организации и проведения занятий аэробикой.	Практико-методическое занятие (2 часа). Просмотр видеопрограмм ведущих специалистов по оздоровительной аэробике. Методический разбор базовых и специфических средств различных видов оздоровительной аэробики.	Видеозаписи занятий оздоровительной аэробикой различных направлений. 1. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студ. Вузов физической культуры/	(2 часа). Изучение дополнительной литературы по теме. Подготовка к практическим занятиям и опросу по теме лекции.	Опрос

		Знакомство с особенностями техники их выполнения упражнений. Методика конструирования программ и проведения уроков аэробики. Формирование основных конструктивных умений необходимых осуществления практической деятельности.	Под ред. Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. -304с.		
3	Особенности содержания, организации и проведения занятий аэробикой.	Лекция (2 часа). Общая характеристика содержания занятий оздоровительной аэробикой 1. Исторические корни и тенденции развития оздоровительной аэробики. 2. Классификация направлений и характерные особенности. 3. Средства и методы оздоровительной аэробики. Термины, применяемые для общения и записи упражнений. 4. Структура и содержание занятий оздоровительной аэробикой. Особенности музыкального сопровождения и его подбор для проведения занятий оздоровительной аэробикой.	1. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студ. Вузов физической культуры/ Под ред. Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. -304с. 2. Ростова В.А., Ступкина М.О. Оздоровительная аэробика. Учебное пособие: СП-б.: Изд-во Высшей административной школы, 2003.	(2 часа). Изучение дополнительной литературы по теме. Подготовка к практическим занятиям и опросу по теме лекции.	Опрос
4	Особенности содержания, организации и проведения занятий аэробикой.	Практико-методическое занятие (2 часа). Приёмы регулирования нагрузки при проведении занятий, понятия «величина нагрузки», «интенсивность» и «объём». Знакомство с методикой построения комплексов аэробики различной направленности и проведения занятий по аэробике в	Видеозаписи занятий оздоровительной аэробикой различных направлений. 1. Сиднева Л.В., Гониянц С.А. Оздоровительная аэробика и методика её преподавания: учебно-методическое пособие. - М., 2000. 2. Люлк Л.В., Айзятуллова	(4 часа). Совершенствование навыков показа, терминологического описания упражнений оздоровительной аэробики. Конструирование	Микрозачёт Контрольная работа №1 по теме «Особенности содержания, организации и проведения занятий

		целом. Формирование умения управлять нагрузкой в процессе проведения фрагментов занятий по аэробике. Учебная практика в проведении фрагмента занятия по аэробике (микрозачёт). Особенности содержания, организации и проведения занятий аэробикой. Контрольная работа №1 по теме «Особенности содержания, организации и проведения занятий аэробикой».	Г.Р., Солодянников О.В. Методы конструирования программ по оздоровительным видам аэробики: Учебно-методическое пособие/ Л.В.Люйк, Г.Р.Айзятulloва, О.В.Солодянников; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург.– СПб., 2009. Карточки с заданиями по учебной практике и контрольной работе №1.	упражнений и разработка содержательной основы конспекта комплекса упражнений аэробики для развития основных физических способностей человека (проблемные задания). Подготовка к учебной практике и к контрольной работе №1.	аэробикой».
5	Контроль и самоконтроль в процессе занятий оздоровительной аэробикой	Лекция (2 часа). Место и назначение контроля состояния занимающихся аэробикой в технологии оздоровления и адаптации 1. Объективные и субъективные показатели самоконтроля и особенности их учёта в практике занятий оздоровительной аэробикой. 2. Метрологические требования к тестам и процедуре тестирования подготовленности занимающихся оздоровительной аэробикой. 3. Методика оценки функционального состояния занимающихся аэробикой. 4. Методика тестирования и оценки уровня развития физических качеств занимающихся.	Мультимедийное сопровождение лекции, образцы литературы. 1. Люйк Л.В., Артемьева Ж.С. Биоэнергетические основы оздоровительной тренировки в аэробике: учебное пособие / Л.В.Люйк, Ж.С.Артемьева; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург.– СПб., 2010.	(2 часа). Изучение дополнительной литературы по теме. Подготовка к практическим занятиям и опросу по теме лекции.	Опрос

6	Контроль и самоконтроль в процессе занятий оздоровительной аэробикой	Практико-методическое занятие (2 часа). Методический разбор содержания дневника и практическое освоение технологии анализа состояния занимающихся в процессе проведения занятия по аэробике (настроение, самочувствие, болевые ощущения, потоотделение, желание заниматься, ЧСС). Технология антропометрических измерений (рост, вес, мышечная сила, температура тела, телосложение). Апробирование методик оценки функционального состояния студентов (ЖЕЛ, жизненный индекс, АД, тест PWC ₁₇₀ , Гарвардский степ-тест, ортостатическая проба, проба Летунова, проба Ромберга, 12-минутный тест Купера, теппинг-тест) по заданию преподавателя с последующей его характеристикой.	1. Учебник для ВУЗов физической культуры и спорта "Спортивная физиология". - М., "Физкультура и спорт", 1985. 2. Люйк Л.В., Артемьева Ж.С. Биоэнергетические основы оздоровительной тренировки в аэробике: учебное пособие / Л.В.Люйк, Ж.С.Артемьева; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург.– СПб., 2010. Инструментарий для антропометрических измерений, оценки физической и функциональной подготовленности.	(2 часа). Совершенствование навыков показа, терминологического описания упражнений оздоровительной аэробики. Оформление дневника тренировок с последующим занесением в него показателей самоконтроля и результатов тестирования функциональной и физической подготовленности (микрозачёт).	Микрозачёт. Дифференцированная оценка.
7	Гигиена питания при занятиях оздоровительной аэробикой	Лекция (2 часа). Понятие адекватного питания и его значение в решении задач оздоровления средствами аэробики 1. Сбалансированное питание и правила его рационализации. 2. Расход энергии при занятиях различными видами физических упражнений. 3. Режим и организация питания при занятиях оздоровительной аэробикой различной методической	Мультимедийное сопровождение лекции, образцы литературы. 1. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студ. Вузов физической культуры/ Под ред. Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. -304с. 2. Люйк Л.В., Артемьева Ж.С. Биоэнергетические основы оздоровительной тренировки	(2 часа). Изучение дополнительной литературы по теме лекции. Расчёт суточного расхода энергии при занятиях конкретным видом аэробики и их отсутствии с последующим подбором режима, рациона и калорийности питания (микрозачёт).	Микрозачёт

		направленности (снижение или увеличение мышечной массы, снижение толщины жировых складок с повышением мышечной силы, увеличение мышечной массы и жировой массы). 3. Биологически активные добавки (БАД). 4. Теория адекватного питания и трофологии.	в аэробике: учебное пособие / Л.В.Люйк, Ж.С.Артемова; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург.– СПб., 2010.		
8	Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, имеющих ограниченные возможности	Лекция (2 часа). Методические особенности проведения занятий оздоровительной аэробикой с лицами, имеющими ограниченные возможности 1. Психолого-педагогические основы проведения занятий с лицами, имеющими ограниченные возможности. 2. Физиологические основы проведения занятий низкоударной аэробикой с лицами, имеющими ограниченные возможности. 3. Особенности методики проведения занятий оздоровительной аэробикой с лицами, имеющими нарушения слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, психики.	Мультимедийное сопровождение лекции, образцы литературы. 1. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник для вузов/ Под общ. ред. С.П.Евсеева. - Москва, 2005 . 2. Развитие способностей у глухих детей в процессе обучения / Под ред. Т.В. Розановой; Науч.-исслед. Ин-т дефектологии Акад. Пед. наук СССР. – М.: Педагогика, 1991. 3. Кудашова Л.Т. Особенности методики занятий гимнастикой с беременными: Учебно-методическое пособие/ Л.Т.Кудашова, Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург.– СПб., 2010.	(2 часа). Самостоятельное изучение дополнительной литературы по теме лекции, подготовка к практическому занятию и опросу по теме.	Опрос
9-10	Методика построения	Практико-методические занятия (4 часа). Просмотр видеопрограмм	Видеозаписи занятий оздоровительной аэробикой	(4 часа). Подготовка к учебной практике	Микрозачёт Контрольная

	комплекса низкоударной аэробики для лиц, имеющих ограниченные возможности	ведущих специалистов по оздоровительной аэробике. Методический разбор содержания занятия аэробикой и особенностей подбора средств и методов оздоровления лиц, имеющих ограниченные возможности. Освоение методических приёмов при организации и проведении занятий аэробикой с незрячими. Практика невербальной формы передачи учебной информации и проведение занятия по аэробике с глухими и глухо-немыми. Знакомство с формами проведения занятий аэробикой с лицами, имеющими ограниченные возможности опорно-двигательного аппарата. Учебная практика в проведении занятий низкоударной оздоровительной аэробики с условно обозначенной группой лиц, имеющих какие-либо ограниченные возможности (микрозачёт). Контрольная работа №2 по теме «Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, имеющих ограниченные возможности»	различных направлений. 1.Люйк Л.В., Айзятуллова Г.Р., Солодянников О.В. Методы конструирования программ по оздоровительным видам аэробики: Учебно-методическое пособие/ Л.В.Люйк, Г.Р.Айзятуллова, О.В.Солодянников; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург.– СПб., 2009. Карточки с заданиями по учебной практике и контрольной работе №2.	(разработка содержательной основы занятия по аэробике и написание конспекта с учётом обозначенных преподавателем задач, наработка умений и навыков описания, объяснения, исправления ошибок, показа и т.д.). Подготовка к контрольной работе №2.	работа №2 по теме «Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, имеющих ограниченные возможности» Дифференцированная оценка.
11	Танцевальная аэробика в адаптивной физической культуре.	Практико-методическое занятие (2 часа). Просмотр видеопрограмм ведущих специалистов по танцевальной аэробике. Знакомство с содержанием и стилистическими особенностями	Видеозаписи занятий оздоровительной аэробикой различных танцевальных направлений. 1.Люйк Л.В., Айзятуллова Г.Р., Солодянников О.В.	(4 часа). Изучение дополнительной литературы по теме. Подготовка к учебной практике (наработка умений и навыков	Микрозачёт Дифференцированная оценка.

		разновидностей танцевальной аэробики: фанк-аэробика, афро-аэробика, самб-аэробика, латин-аэробика, хип-хоп-аэробика. Овладение техникой упражнений, технологией конструирования комплексов упражнений танцевальной аэробики, технологией обучения и проведения занятий в адаптивном физическом воспитании, двигательной рекреации. Развитие творческих способностей в составлении мини-программ показательных выступлений. Учебная практика по разучиванию показательных выступлений (микрозачёт).	Методы конструирования программ по оздоровительным видам аэробики: Учебно-методическое пособие/ Л.В.Люйк, Г.Р.Айзятullova, О.В.Солодянников; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург.– СПб., 2009. Карточки с заданиями по учебной практике.	описания, объяснения, исправления ошибок, показа различных стилей танцевальной аэробики и т.д.). Разработка программы показательного выступления по танцевальной аэробике на 64 счёта в указанном преподавателем стиле и с обозначенной группой лиц, имеющих ограниченные возможности.	
12	Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре	Практико-методическое занятие (2 часа). Просмотр видеопрограмм ведущих специалистов по фитбол-аэробике. Методические особенности организации и проведения занятий по фитбол-аэробике (подбор мяча, показания и противопоказания к занятиям фитбол-аэробикой, организационные формы применяемые в фитбол-аэробике). Конструирование специальных упражнений с использованием фитболов с учётом возможностей занимающихся (по заданию преподавателя). Совершенствование навыков проведения комплексов по фитбол-	Видеозаписи занятий оздоровительной аэробикой с применением фитболов. 1. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник для вузов/ Под общ. ред. С.П.Евсеева. - Москва, 2005 . 2. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студ. Вузов физической культуры/ Под ред. Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. -304с. Карточки с заданиями по учебной практике.	(4 часа). Подготовка к учебной практике (разработка комплекса упражнений по фитбол-аэробике и написание конспекта с учётом обозначенных преподавателем задач, наработка умений и навыков описания, объяснения, навыки исправления ошибок, показа и т.д.).	Микрозачёт Дифференцированная оценка.

		аэробике с занимающимися различного возраста и возможностей (нарушения слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, психики) в процессе учебной практики (микрозачёт).			
13	Степ-аэробика в адаптивной физической культуре	Практико-методические занятия (2 часа). Просмотр видеопрограмм ведущих специалистов по степ-аэробике. Методический разбор особенностей организации и проведения занятий по степ-аэробике (подбор степ-платформы, правила техники безопасности, показания и противопоказания к занятиям степ-аэробикой, способы организации выполнения оздоровительных комплексов с применением степ-платформ). Конструирование комплексов специальных упражнений с использованием степов с учётом возможностей занимающихся (по заданию преподавателя). Совершенствование навыков проведения комплексов с занимающимися различного возраста и возможностей (нарушения слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, психики) в процессе учебной практики (микрозачёт). Контрольная работа №3 по темам «Степ-аэробика в адаптивной физической культуре»	Видеозаписи занятий оздоровительной степ-аэробикой 1. Лисицкая Т.С. Аэробика: В 2-х т. / Т.С. Лисицкая, Л.В. Сиднева. - М.: Федерация аэробики России, 2002. - Т.2: Частные методики. - 216с. 2. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студ. Вузов физической культуры/ Под ред. Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. -304с. 3. Люйк Л.В., Айзятуллова Г.Р., Солодянников О.В. Методы конструирования программ по оздоровительным видам аэробики: Учебно-методическое пособие/ Л.В.Люйк, Г.Р.Айзятуллова, О.В.Солодянников; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург.– СПб., 2009.	(4 часа). Подготовка к учебной практике (разработка комплекса упражнений степ-аэробики и написание конспекта с учётом обозначенных преподавателем задач, наработка умений и навыков описания, объяснения, исправления ошибок, показа и т.д.).	Микрозачёт Контрольная работа №3 по темам «Степ-аэробика в адаптивной физической культуре» Дифференцирующая оценка.

			Карточки с заданиями по учебной практике и контрольной работе №3.		
14	Стретчинг в адаптивной физической культуре	Практико-методические занятия (2 часа). Просмотр видеопрограмм по стретчингу. Методический разбор и практическое выполнение упражнений стретчинга проводимых пассивно-статическим, активно-статическим, пассивно-динамическим, активно-динамическим, антагонистическим, агонистическим методом развития гибкости. Знакомство с комплексами стретчинга для восстановления подвижности после различных травм и заболеваний, корректирующая гимнастика. Методические особенности проведения стретчинга с лицами, имеющими ограниченные возможности. Конструирование комплекса стретчинга (4-6 упражнений) по анатомической направленности и учебная практика в его проведении (микрозачёт).	1. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник для вузов/ Под общ. ред. С.П.Евсеева.- Москва, 2005 . 2. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студ. Вузов физической культуры/ Под ред. Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. -304с. 3. Шевцова И. Йога Айенгара: Практическое пособие для новичка. – СПб.: ИК «Крылов», 2010. – 224с. Карточки с заданиями по учебной практике.	(4 часа). Конструирование комплексов упражнений стретчинга по анатомической направленности и подготовка к учебной практике.	Дифференцированная оценка. Микрозачёт
15	Калланетика-система физических упражнений Калан Пинкни	Практико-методическое занятие (2 часа). Методический разбор и практическое выполнение физических упражнений по системе Калан Пинкни. Освоение техники дыхания по данной системе. Знакомство с противопоказаниями к занятиями калланетикой и методическими	1. Бурбо Л. калланетика за 10 минут в день. – Ростов н/Д: «Феникс», 2005. -160 с. 2. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студ. Вузов физической культуры/ Под ред. Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова. – М.: ТВТ	(4 часа). Изучение дополнительной литературы по теме. Разучивание комплексов упражнений калланетики и подготовка к учебной практике. Подготовка с сдаче норм ОФП и теоретическому зачёту.	Дифференцированная оценка

		особенностями организации проведения занятий с лицами, имеющими ограниченные возможности. Практика выполнения упражнений и конструирования занятия калланетикой с учётом задач коррекции телосложения занимающихся. Сдача норм ОФП. Анализ результатов текущей успеваемости и подведение итогов учебного года.	Дивизион, 2006. -304с. Карточки с заданиями по учебной практике и требования по ОФП.		
ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ЗАЧЁТ					
Раздел 2. Спортивные игры					
1	Методика организации и проведения игры в дартс	Лекция – 2 часа История происхождения игры. Общие правила игры в дартс. Методика обучения техники игры в дартс. Разновидности игры в дартс. Организация и проведение соревнований по дартсу среди лиц, имеющих поражения опорно-двигательного аппарата. Методика и организация игры в дартс с лицами, имеющими нарушения функций зрительного анализатора. Просмотр видео.	Никитин А.А. Организация и содержание учебной работы по дартс в ДЮСШ: учебно-методическое пособие.- СПб.: ГАФК,2005. Никитина, Г.В. Спортивная игра дартс: [Электронный ресурс]: программ.материал для внеклассн.занятий в общеобразоват. Учреждениях / Г.В.Никитина; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург.. – СПб., 2005. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК.Загл.с экрана. Мультимедийная аппаратура.		
2	Методика организации и	Практическое занятие – 2 часа Развитие силы и координации	Никитин А.А. Организация и содержание учебной работы	Прочитать рекомендуемую	Рабочая беседа.

	проведения игры в дартс	движений. Изучить технику метания дротиков: хват, стойка игрока, броски из различных и.п. с учетом определения угла наклона туловища. Броски с открытыми и закрытыми глазами. Учить попаданию в сектор «20» и в «удвоение». Основы методики судейства: судья у мишени, запись счета, ведение протоколов игры. Просмотр видео	по дартс в ДЮСШ: учебно-методическое пособие.- СПб.: ГАФК,2005. Никитина, Г.В. Спортивная игра дартс: [Электронный ресурс]: программ.материал для внеклассн.занятий в общеобразоват. Учреждениях / Г.В.Никитина; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург.. – СПб., 2005. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК.Загл.с экрана. Мультимедийная аппаратура. Мишень , дротики.	литературу. Учить правила игры. Организация и судейство личных, парных, командных и смешанных пар. Ведение протоколов игры. Подобрать средства для ОФП и технико-тактической подготовленности игрока, играющего в дартс. Самоконтроль за состоянием своего организма.	
3	Методика организации и проведения игры в дартс	Практическое занятие – 2 часа Развитие быстроты движений и точности попаданий. Учить переносу броска в правую или левую часть мишени путем поворота вдоль линии броска или путем поворота корпуса. Попадание в сектор «20», тактика участия в соревнованиях: личные, парные, командные, смешанные и семейные пары. Игра: «Тысяча», «200», «27»,501. Подбор средств для ОФП и технико-тактической подготовленности. Просмотр видео.	Никитин А.А. Организация и содержание учебной работы по дартс в ДЮСШ: учебно-методическое пособие.- СПб.: ГАФК,2005 Иванов В.А. Содержание технико-тактических приемов в соревновательной деятельности / Теория и практика физической культуры.-2006.-№4. Никитина, Г.В. Спортивная игра дартс: [Электронный ресурс]: программ.материал для внеклассн.занятий в общеобразоват. Учреждениях / Г.В.Никитина; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-	Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры. Организация и судейство личных, парных, командных и смешанных пар. Ведение протоколов игры. Подобрать средства для ОФП и технико-тактической подготовленности игрока, играющего в дартс. Самоконтроль за состоянием своего организма. Психотехническая подготовка: работа на мышечную память,	Собеседование.

			Петербург.. – СПб., 2005. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК.Загл.с экрана. Мультимедийная аппаратура. Мишень , дротики.	выполнение броска с закрытыми глазами на кучность и повторяемость движений.	
4	Методика организации и проведения игры в дартс	Практическое занятие - 2 часа. Совершенствование техники метания дротиков. Тактика личных и парных соревнований. Соревнования «Счастливый жребий». Совершенствование попадания в сектор «20» и в «удвоение». Проведение мини-турнира и его судейство. Подбор средств для ОФП и технико-тактической подготовленности. Подведение итогов работы. Контрольная работа №1 «Методика организации и проведение игры в дартс»	Никитин А.А. Организация и содержание учебной работы по дартс в ДЮСШ: учебно-методическое пособие.- СПб.: ГАФК,2005. Никитина, Г.В. Спортивная игра дартс: [Электронный ресурс]: программ.материал для внеклассн.занятий в общеобразоват. Учреждениях / Г.В.Никитина; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург.. – СПб., 2005. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК.Загл.с экрана. Мишень, дротики.	Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры. Организация и судейство личных, парных, командных и смешанных пар. Ведение протоколов игры. Подобрать средства для ОФП и технико-тактической подготовленности игрока, играющего в дартс. Самоконтроль за состоянием своего организма. Психотехническая подготовка: работа на мышечную память: выполнение броска с закрытыми глазами на кучность и повторяемость движений в левую или правую часть мишени, в верхнюю или нижнюю часть мишени, в 20 сектор и в центр мишени.	Дифференцированная оценка. Микрозачет. Контрольная работа №1 «Методика организации и проведение игры в дартс»
5	Методика	Лекция – 2 часа	Голомазов, С.В. Теория и		.

	организации и обучения игры в мини-футбол	История происхождения игры. Правила игры в мини-футбол. Отличие мини-футбола от футбола. Методика обучения техническим и тактическим приемам. Использовать игры в мини-футбол в работе с детьми, имеющими нарушение интеллекта. Просмотр видео.	методика футбола/С.В. Голомазов, Б.Г.Чирва. –Т.1 техника игры. -М.: ТВТ Дивизион, 2008. Люкези, М. Футбол: анализ тактики атакующих действий / М.Люкези. – М.: ТВТ Дивизион, 2008. Заваров, А. Футбол: уроки профессионала для начинающих [Электронный ресурс] /А.Заваров. - СПб.: ПИТЕР, 2010. – 1 эдектон. Опт. Диск (CD-ROM).- Систем.требования: Windows; CD-ROM; мышь. Мультимедийная аппаратура.		
6	Методика организации и обучения игры в мини-футбол	Практическое занятие - 2 часа Развитие быстроты и ловкости. изучить: бег, остановки, прыжки в нападении Удары по мячу (удары серединой подъема, удары внутренней частью подъема, удар носком). Отбор мяча и вбрасывание мяча (с места, с разбега). Основы методики судейства: судья в поле и на линии ворот, ведение протокола игры. Учебная игра. Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях мини-футболом.	Голомазов, С.В. Теория и методика футбола /С.В. Голомазов, Б.Г.Чирва. –Т.1 техника игры. -М.: ТВТ Дивизион, 2008. Мини-футбол: правила игры. – М.: Терра-Спорт,2010. Заваров, А. Футбол: уроки профессионала для начинающих [Электронный ресурс] /А.Заваров. - СПб.: ПИТЕР, 2010. – 1 эдектон. Опт. Диск (CD-ROM).- Систем.требования: Windows; CD-ROM; мышь. Мячи футбольные.	Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры и методику судейства. Проведение мини-турниров. Ведение протоколов игры. Подобрать средства для ОФП и технико-тактической подготовленности.. Жесты судей. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие).	Рабочая беседа.
7	Методика	Практическое занятие - 2 часа	Люкези, М. Футбол: анализ	Прочитать	Собеседование.

	организации и обучения игры в мини-футбол	Развитие силы. Изучить основы мяча (ногами, головой, туловищем). Введение мяча (головой, ногами). Техника игры вратаря (ловля мяча, отбивание, выбрасывание). Тактика игры вратаря (выбор позиции, выход на мяч). Тактика игры в нападении и защите полевого игрока (индивидуальные, групповые, командные). Жесты судей. Подобрать средства для ОФП и технико-тактической подготовленности. Игра и ее судейство	тактики атакующих действий / М.Люкези. – М.: ТВТ Дивизион, 2008. Мини-футбол: правила игры. – М.: Терра-Спорт, 2010. Заваров, А. Футбол: уроки профессионала для начинающих [Электронный ресурс] / А.Заваров. - СПб.: ПИТЕР, 2010. – 1 электрон. Опт. Диск (CD-ROM).- Систем. требования: Windows; CD-ROM; мышь. Мячи футбольные.	рекомендуемую литературу. Учить правила игры и методику судейства. Проведение мини-турниров. Введение протоколов игры. Подобрать средства для ОФП и технико-тактической подготовленности. Жесты судей. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие).	
8	Методика организации и обучения игры в мини-футбол	Практическое занятие - 2 часа Развитие выносливости. Совершенствование всех изученных приемов и тактических взаимодействий. Проведение мини-турнира. Введение протокола игры. Игра и ее судейство. Подведение итогов работы	Мини-футбол: правила игры. – М.: Терра-Спорт, 2010. Заваров, А. Футбол: уроки профессионала для начинающих [Электронный ресурс] / А.Заваров. - СПб.: ПИТЕР, 2010. – 1 электрон. Опт. Диск (CD-ROM).- Систем. требования: Windows; CD-ROM; мышь. Мячи футбольные.	Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры и методику судейства. Подобрать средства для ОФП и технико-тактической подготовленности. Жесты судей. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие).	Дифференцированная оценка. Микрозачет.
9-10	Организация и методика проведения игры в радиальный баскетбол (Питербаскет).	Лекция – 4 часа Питербаскет – новая модификация баскетбола. Правила игры. Игровое поле (разметка). Инвентарь для игры в питербаскет. Основные положения игры. Состав команд. Использование адаптированного варианта – Питербаскет-валид- в	Нестеровский, Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения: учеб. пособие для студ. вузов / Д.И.Нестеровский. 5-е изд., стер. – М.: Академия. 2010. Яхонтов, Е.Р. Физическая		

		спортивном движении людей с ограниченными физическими возможностями. Питербаскет – валид в психологической реабилитации. Просмотр видео.	подготовка баскетболистов [Электронный ресурс]: учебно-метод. пособие/ Е.Р.Яхонтов. – Электрон. дан. - СПб.: изд-во СПбГУФК им. П.Ф.Лесгафта, 2006. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК. – Загл. с экрана. Мультимедийная аппаратура.		
11	Организация и методика проведения игры в радиальный баскетбол (Питербаскет)	Практическое занятие – 2 часа Развитие силы. Изучение стойки и прыжков в защите и нападении. Ловля мяча одной и двумя руками. Передача мяча одной рукой от плеча. Бросок мяча двумя руками от груди с места. Основы судейства. Подготовительная игра «Мяч капитану»	Спортивные игры / под ред. Ю.Д.Железняка.- М.:Академия,2004. Яхонтов, Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов [Электронный ресурс]: учебно-метод. пособие/ Е.Р.Яхонтов. – Электрон. дан. - СПб.: изд-во СПбГУФК им. П.Ф.Лесгафта, 2006. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК. – Загл. с экрана. Мячи баскетбольные.	Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры и методику судейства. Проведение мини-турниров. Ведение протоколов игры. Подобрать средства для ОФП и технико-тактической подготовленности. Подготовка к контрольной работе. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие). Написать конспект и провести часть урока на группе. Педагогический анализ и самоанализ урока. Учить жесты судей.	Собеседование
12	Организация и методика проведения игры в радиальный баскетбол	Практическое занятие – 2 часа Развитие быстроты. Изучение передачи мяча двумя руками от груди, ведение с высоким и низким отскоком. Бросок мяча одной рукой	Спортивные игры / под ред. Ю.Д.Железняка.- М.:Академия,2004. Львова Л.Г., Медведева Е.Н. Совершенствование	Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры и методику судейства. Проведение	Рабочая беседа

	(Питербаскет)	от плеча. Совершенствование ловли и передач мяча. техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях игрой в питербаскет. Игра 3х3. Методика судейства игры	физкультурного образования молодёжи на основе повышения мотивации к занятиям физическими упражнениями: Учеб.метод. пособие.- В.Луки: ВГСХА. 2011.	мини-турниров. Ведение протоколов игры. Подобрать средства для ОФП и технико-тактической подготовленности игрока .Подготовка к контрольной работе. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие). Написать конспект и провести часть урока на группе. Педагогический анализ и самоанализ урока. Учить жесты судей.	
13	Организация и методика проведения игры в радиальный баскетбол (Питербаскет)	Практическое занятие – 2 часа Развитие ловкости. Совершенствование ловли и передачи мяча, ведение мяча и бросков одной и двумя руками. Изучить выбивание мяча из рук соперника и при ведении. Подобрать средства для ОФП и технико-тактической подготовленности. Написать конспект и провести урок на группе. Педагогический анализ и самоанализ урока. Игра 3х3 и ее судейство. Просмотр видео.	Спортивные игры / под ред. Ю.Д.Железняка.- М.:Академия,2004. Яхонтов, Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов [Электронный ресурс]: учебно-метод. пособие/ Е.Р.Яхонтов. – Электрон. дан. - СПб.: изд-во СПбГУФК им. П.Ф.Лесгафта, 2006. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК. – Загл. с экрана. Мультимедийная аппаратура. Мячи баскетбольные.	Прочитать рекомендуемую литературу. Учить правила игры и методику судейства. Проведение мини-турниров. Ведение протоколов игры. Подобрать средства для ОФП и технико-тактической подготовки. Подготовка к контрольной работе. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие). Написать конспект и провести часть урока на группе. Педагогический анализ и	Рабочая беседа.

				самоанализ урока. Учитывать жесты судей.	
14	Организация и методика проведения игры в радиальный баскетбол (Питербаскет)	Практическое занятие – 2 часа Развитие гибкости. Учитывать групповым и командным действиям в защите и нападении. Проведение штрафного броска. Учитывать перехвату при передаче и ведении. Совершенствование всех изученных приемов и тактических взаимодействий. Учебная практика по заданию. Игра 3х3 и ее судейство	Спортивные игры / под ред. Ю.Д.Железняка.- М.:Академия,2004. Мячи баскетбольные.	Прочитать рекомендуемую литературу. Учитывать правила игры и методику судейства. Проведение мини-турниров. Ведение протоколов игры. Подобрать средства для ОФП и технико-тактической подготовленности. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие). Написать конспект и провести часть урока на группе. Педагогический анализ и самоанализ урока. Учитывать жесты судей.	Реферат.
15	Организация и методика проведения игры в радиальный баскетбол (Питербаскет)	Практическое занятие – 2 часа Круговая тренировка для развития ловкости. Совершенствование всех изученных приемов и тактических взаимодействий. Проведение мини-турнира. Ведение протоколов игры. Игра 3х3 и ее судейство. Подведение итогов работы. Контрольная работа №2 «Методика организации и обучения игры в мини-футбол» и «Организация и методика проведения игры в радиальный	Спортивные игры / под ред. Ю.Д.Железняка.- М.:Академия,2004. Мячи баскетбольные.	Проведение мини-турнира. Ведение протоколов игры. Самоконтроль за состоянием своего организма (ЧСС, общее самочувствие). Педагогический анализ и самоанализ урока. Учитывать жесты судей.	Контрольная работа №2. Дифференцированная оценка. Зачет.

		баскетбол - «Питербаскет».			
ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ЗАЧЁТ					

1.	Плавание лиц, имеющих ограниченные возможности, гидро-реабилитация		Литература: Основная и дополнительная литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб. пособие для студ. вузов.- Москва, 2005 . 2.Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник для вузов/ Под общ. ред.С.П.Евсеева.- Москва, 2005 .	4 (часа). Изучение специальной литературы по вопросам: Роль плавания в системе оздоровления и реабилитации человека.	Опрос.
2.	Техника безопасности в плавании	• Практико-методическое занятие (2 часа). Требования, предъявляемые к технике безопасности в процессе учебно-спортивной работы. Предупреждение несчастных случаев и заболеваний при занятии плаванием. Меры безопасности при проведении занятий и соревнований по различным видам плавания. Обеспечение безопасности в процессе занятий, страховка и помощь. Требования к местам занятий, основному и вспомогательному инвентарю. Требования, предъявляемые к преподавателю и занимающимся в целях предупреждения травматизма. Изучение правил проведения и организации учебных занятий и соревнований, требований к температурному режиму воды и воздуха при занятиях плаванием на открытом водоеме и в бассейне. Место тренера при проведении занятий на открытом водоеме и в бассейне.	Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб. пособие для студ. вузов.- Москва, 2005 . 2. Спортивное и военно-прикладное плавание: Учеб./под ред.проф. О.В. Новосельцева. - СПб.: ВИФК, 2005. Таблицы и рисунки, необходимые для методического занятия.	(4 часа). Изучение основной и дополнительной литературы по теме. Подготовка к опросу по правилам техники безопасности в бассейне и на открытой воде.	Опрос. Дифференцированная оценка.

3.	Водные виды адаптивной двигательной рекреации	Практико-методические занятия (4 часа). Методический разбор классификации водных видов адаптивной двигательной рекреации по различным признакам: - нахождению занимающегося по отношению к воде; - наличию или отсутствию у занимающегося вспомогательных приспособлений и технических средств; особенностей водной среды; - применяемых методов; дополнительных способов воздействия на сенсорные системы.	Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб. пособие для студ. вузов.- Москва, 2005 . 2.Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник для вузов/ Под общ. ред.С.П.Евсеева.- Москва, 2005 .	(4 часа). Изучение основной и дополнительной литературы по теме. Подготовка к опросу по классификации водных видов адаптивной двигательной рекреации.	Опрос. Дифференцированная оценка.
4.	Организационно-методические основы лечебного плавания	Практико-методическое занятие (2часа). Лечебное плавание как средство физической реабилитации. Лечебное действие физических упражнений в воде. Планирование занятий лечебной гимнастикой в бассейне. Организация занятий лечебным плаванием. Методика проведения занятий лечебным плаванием. Основные группы упражнений в воде, применяемые в лечебно-оздоровительном плавании. Форма проведения занятий в урочной форме.	Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб. пособие для студ. вузов.- Москва, 2005 .	(4 часа). Изучение основной и дополнительной литературы по теме. Подготовка к опросу по содержанию лечебного плавания как средства физической реабилитации.	Опрос. Дифференцированная оценка.
5-9	Особенности занятий лечебным плаванием.	Практико-методическое занятие (10 часов). Плавание в травматологии. Общая методика лечебного плавания в травматологии. Частные методики лечебного плавания в травматологии (при травмах верхних конечностей, при травмах нижних конечностей, при травмах в области таза).	Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб. пособие для студ. вузов.- Москва, 2005 .	(10 часов). Изучение основной и дополнительной литературы по теме. Подготовка к опросу по особенностям занятий лечебным плаванием при	Контрольная работа №1

	Плавание в ортопедии. Методика лечебно-оздоровительного плавания. Основное содержание занятий лечебным плаванием при нарушениях осанки. Рекомендуемые способы плавания при основных видах нарушения осанки. Применение специальных упражнений в плавании для коррекции основных видов нарушений осанки. Методика лечебного плавания при артритах, остеоартрозах, остеохондрозах позвоночника. Плавание при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Основы методики лечебного плавания при заболеваниях ССС (атеросклероз, ишемическая болезнь сердца, гипертоническая болезнь, гипотоническая болезнь, вегетососудистая дистония, ревматизм, приобретенные пороки сердца, облитерирующий эндартериит, варикозное расширение вен). Плавание при заболеваниях дыхательной системы. Воздействие лечебного плавания и особенности методики его применения при хронических неспецифических заболеваниях легких (ХНЗЛ) - бронхиальная астма, эмфизема легких, бронхит, бронхоэктатическая болезнь, пневмания, плеврит, пневмосклероз. Плавание при заболеваниях и повреждениях нервной системы. Методика лечебного плавания при повреждениях спинного мозга при	Таблицы и рисунки, необходимые для методического занятия. Карточки с контрольной работой №1 по теме «Особенности занятий лечебным плаванием»	различных заболеваний. Подготовка к контрольной работе №1 по теме «Особенности занятий лечебным плаванием»	

		травмах позвоночника, черепно-мозговых травмах, неврозах, невритах, полиомелитах. Плавание при заболеваниях органов пищеварения, мочевыведения, и болезнях обмена веществ (гастритах, энтеритах и колитах, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, дискенизии кишечника и желчевыводящих путей, спланхоптозе, заболеваниях почек, ожирении, подагре, сахарном диабете). Плавание в гинекологии и при беременности (во время беременности и в послеродовом периоде). Плавание в некоторых других случаях (при ожогах и обморожениях, для повышения иммунитета - закаливание). Контрольная работа №1 по теме «Особенности занятий лечебным плаванием»			
10.	Плавание в системе реабилитации и адаптации лиц с ограниченными возможностями	Практико-методическое занятие (2 часа). Знакомство с основными требованиями к организации занятий, материально-техническому обеспечению и оборудованию бассейнов для лиц с ограниченными возможностями. Методические рекомендации по обучению плаванию лиц с ограниченными возможностями здоровья.	• Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб. пособие для студ. вузов.- Москва, 2005 . 2. Спортивное и военно-прикладное плавание: Учеб./под ред.проф. О.В.Новосельцева.- СПб.: ВИФК, 2005.	(4 часа). Изучение основной и дополнительной литературы по теме. Подготовка к опросу по особенностям плавания в системе реабилитации и адаптации лиц с ограниченными возможностями.	Опрос. Дифференцированная оценка.
11-12	Особенности обучения плаванию лиц с ограниченными	Практико-методические занятия (4 часа). Обучение плаванию лиц с нарушением слухового анализатора.	Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб. пособие для студ. вузов.-	(4 часа). Изучение основной и дополнительной литературы по теме.	Контрольная работа №2

	возможностями	Обучение плаванию лиц с нарушением зрительного анализатора. Обучение плаванию лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата. Обучение плаванию лиц с нарушениями интеллекта. Контрольная работа №2 по теме «Плавание в системе реабилитации и адаптации лиц с ограниченными возможностями»	Москва, 2005 . 2.Кардамонова Н.Н.Плавание: лечение и спорт.-Ростов н/дон, 2001. 3. Спортивное и военно-прикладное плавание: Учеб./под ред.проф. О.В.Новосельцева.- СПб.: ВИФК, 2005. Таблицы и рисунки, необходимые для методического занятия. Карточки с контрольной работой №2 по теме «Плавание в системе реабилитации и адаптации лиц с ограниченными возможностями».	Конструирование содержательной основы занятий по плаванию, направленных на решение образовательных задач с лицами, имеющими нарушения зрения, ОДА, интеллекта, и подготовка к учебной практике. Подготовка к контрольной работе №2.	
13.	Спортивная тренировка в адаптивном плавании	• Практико-методические занятия (4 часа). Методический разбор и освоение совместной и отдельной соревновательной деятельности. Знакомство с особенностями тренировки пловцов с нарушением слухового анализатора, с нарушением зрительного анализатора, с нарушением интеллекта, с нарушением опорно-двигательного аппарата, с неврологическими заболеваниями, с повреждением позвоночника. Годичный план тренировки. Тренировочные упражнения. Основные параметры спортивной тренировки и достижения российских пловцов с ограниченными	Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб. пособие для студ. вузов.- Москва, 2005 . 2. Спортивное и военно-прикладное плавание: Учеб./под ред.проф. О.В.Новосельцева.- СПб.: ВИФК, 2005.	(4 часа). Изучение основной и дополнительной литературы по теме. Подготовка к опросу по особенностям спортивной тренировки в адаптивном плавании.	Опрос. Дифференцированная оценка.

		возможностями.			
15.	Организация, проведение и судейство соревнований	Практико-методическое занятие (2 часа). Международные спортивные организации осуществляющие организацию, проведение и судейство соревнований для лиц с ограниченными возможностями. Программа соревнований для пловцов с нарушениями слухового анализатора, с нарушениями зрительного анализатора, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с нарушениями интеллекта.	Правила соревнований, таблицы и рисунки, необходимые для методического занятия	(4 часа). Изучение основной и дополнительной литературы по теме. Разработка программы соревнований для пловцов с нарушениями слухового анализатора, с нарушениями зрительного анализатора, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с нарушениями интеллекта (по заданию преподавателя).	Опрос. Дифференцированная оценка.
Четвёртый курс (7 семестр)					
Раздел 4. Профессионально-ориентированные виды спортивной деятельности					
1	Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов спортивной деятельности. Классификация основных направлений развития	Лекция - 2 часа. Использование специального оборудования и инвентаря в видах адаптивного спорта, разработанных для спортсменов – инвалидов. Моделирование ограничений двигательной деятельности студентов. Участие студентов в спортивной деятельности со спортсменами, имеющими ограниченные возможности, или спортсменами –	Паралимпийский спорт. Нормативное правовое и методическое регулирование. М: Советский спорт,2010. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник /ред. С.П.Евсеев. 3-е изд. Т.1 – М: Советский спорт,2010. – 291 с. Теория и организация адаптивной физической		

	адаптивного спорта и виды спорта, входящие в раздел «Спортивные игры».	инвалидами. Просмотр видео и фото.	культуры: учебник /ред. С.П.Евсеев. 3-е изд. Т.2 – М: Советский спорт,2009. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учеб.пособие/ ред. С.П. Евсеев. М.: Советский спорт, 2007 . Мультимедийная аппаратура.		
2-4	Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов спортивной деятельности. Классификация основных направлений развития адаптивного спорта и виды спорта, входящие в раздел «Спортивные игры».	Лекция - 2 часа. Паралимпийские игры для спортсменов: а) с поражением опорно-двигательного аппарата (ОДА): • волейбол стоя • волейбол сидя • бадминтон • баскетбол на колясках • настольный теннис • теннис на колясках • футбол ампутов 7х7 б) слепых спортсменов: • голбол • футбол 5х5 • бочче. Просмотр видео и фото.	Паралимпийский спорт. Нормативное правовое и методическое регулирование. М: Советский спорт,2010. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник /ред. С.П.Евсеев. 3-е изд. Т.1 – М: Советский спорт,2010. – 291 с. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник /ред. С.П.Евсеев. 3-е изд. Т.2 – М: Советский спорт,2009. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учеб.пособие/ ред. С.П. Евсеев. М.: Советский спорт, 2007 . Правила соревнований по паралимпийским видам спорта: сборник /сост. А.В. Царик. – М.: Советский спорт, 2009. Волейбол /под общей ред. А.В.		

			Беляева. М.: ТВТ. Дивизион, 2009. Заваров, А. Футбол: уроки профессионала для начинающих [Электронный ресурс] /А.Заваров. - СПб.: ПИТЕР, 2010. – 1 эдектон. Опт. Диск (CD-ROM).-Систем. требования: Windows; CD-ROM; мышь.Луткова, Н.В. Способы оценки эффективности соревновательной деятельности в волейболе:[Электронный ресурс]: учебно- метод. пособие /Н.В.Луткова,Н.В. Дашкевич; Национальный гос. ун-Т физ.культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.], 2009. –. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК.Загл. с экрана. Бадминтон. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: Badmintonfans. ru. Баскетбол на колясках. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: fsk – baski. ru. Волейбол сидя. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим		

			доступа: volley. xox.kz. mf – volley.ru >sitting. Теннис на колясках. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: kovched – vli. ru > tennis. Мультимедийная аппаратура.		
5.	Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов спортивной деятельности. Классификация основных направлений развития адаптивного спорта и виды спорта, входящие в раздел «Спортивные игры».	Лекция - 2 часа. Специальные олимпийские игры (для спортсменов с поражением интеллекта): а) официальные виды спорта: • баскетбол • гандбол • футбол • настольный теннис • теннис • волейбол • софтбол • боулинг б) неофициальные виды спорта (национально-популярные виды с проведением специальных олимпиад, спартакиад России и т.п.): • бочче • волейбол • голбол • настольный теннис • дартс в) запрещённые виды спорта: • бокс • стрельба • фехтование • каратэ и другие виды	Паралимпийский спорт. Нормативное правовое и методическое регулирование. М: Советский спорт, 2010. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник /ред. С.П.Евсеев. 3-е изд. Т.1 – М: Советский спорт, 2010. – 291 с. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник /ред. С.П.Евсеев. 3-е изд. Т.2 – М: Советский спорт, 2009. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учеб.пособие/ ред. С.П. Евсеев. М.: Советский спорт, 2007 . Правила соревнований по паралимпийским видам спорта: сборник /сост. А.В. Царик. – М.: Советский спорт, 2009. Волейбол /под общей ред. А.В. Беяева. М.: ТВТ. Дивизион, 2009. Костиков В.В. Пляжный		

		боевых искусств. Просмотр видео и фото.	волейбол / В.В.Костиков. –М.: Советский спорт, 2005. Барчукова, Г.В. Настольный теннис: Учеб.пособие. М.: Дивизион. 2008. Волейбол /под общей ред. А.В. Беяева. М.: ТВТ. Дивизион, 2009. Игнатъева В.Я. Гандбол: Учебник / В.Я. Игнатъева, М.: Физическая культура, 2008. Яхонтов, Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: [Электронный ресурс]: учебно-метод.пособие /Е.Р.Яхонтов; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта.– 2-е изд.перераб. и доп.- СПб.: [б.и.], 2006 – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК.Загл.с экрана. Заваров, А. Футбол: уроки профессионала для начинающих [Электронный ресурс] /А.Заваров. - СПб.: ПИТЕР, 2010. – 1 эдектон. Опт. Диск (CD-ROM).- Систем.требования: Windows; CD-ROM; мышъ. Луткова, Н.В. Способы оценки эффективности соревновательной деятельности в волейболе:[Электронный ресурс]: учебно-		

			метод.пособие /Н.В.Луткова,Н.В. Дшкевич; Национальный гос. ун-т физ.культуры, спорта здоровья и. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. –СПб.: [б.и.], 2009. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК.Загл. с экрана. Бадминтон. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: Badmintonfans. ru. Боулинг. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: bou \ tech. ru. Мультимедийная аппаратура.		
6-8	Понятия и классификация профессионально- ориентированных видов спортивной деятельности. Классификация основных направлений развития адаптивного спорта и виды спорта, входящие в раздел «Спортивные игры».	Лекция - 2 часа. Специальные олимпийские игры (для спортсменов с поражением интеллекта): а) официальные виды спорта: • баскетбол • гандбол • футбол • настольный теннис • теннис • волейбол • софтбол • боулинг б) неофициальные виды спорта (национально-популярные виды с проведением специальных олимпиад, спартакиад России и т.п.): • бочче	Паралимпийский спорт. Нормативное правовое и методическое регулирование. М: Советский спорт,2010. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник /ред. С.П.Евсеев. 3-е изд. Т.1 – М: Советский спорт,2010. – 291 с. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник /ред. С.П.Евсеев. 3-е изд. Т.2 – М: Советский спорт,2009. Технологии физкультурно- спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учеб.пособие/ ред.		

		• волейбол • голбол • настольный теннис • дартс в) запрещённые виды спорта: • бокс • стрельба • фехтование • каратэ и другие виды боевых искусств. Просмотр видео и фото.	С.П. Евсеев. М.: Советский спорт, 2007 . Правила соревнований по паралимпийским видам спорта: сборник /сост. А.В. Царик. – М.: Советский спорт, 2009. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства : Учеб. для студ.пед.вузов /Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П.Савин. – М.: Академия, 2004. Никитин А.А. Организация и содержание учебной работы по дартс в ДЮСШ: учебно-метод.пособие / А.А.Никитин. - СПб.: СПбГАФК, 2005. Мультимедийная аппаратура.		
9-10	Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов спортивной деятельности. Классификация основных направлений развития адаптивного спорта и виды спорта, входящие в раздел «Спортивные игры».	Практико-методические занятия - 2 часа Понятие и классификация профессионально-ориентированных видов спортивной деятельности: 1. Использование специального оборудования и инвентаря в видах адаптивного спорта, разработанных для спортсменов – инвалидов. 2. Моделирование ограничений двигательной деятельности студентов. 3. Участие студентов в спортивной деятельности со спортсменами, имеющими ограниченные	Паралимпийский спорт. Нормативное правовое и методическое регулирование. М: Советский спорт,2010. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник /ред. С.П.Евсеев. 3-е изд. Т.1 – М: Советский спорт,2010. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник /ред. С.П.Евсеев. 3-е изд. Т.2 – М: Советский спорт,2009.		Рабочая беседа

		возможности, или спортсменами – инвалидами.	Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учеб.пособие/ ред. С.П. Евсеев. М.: Советский спорт, 2007 . Правила соревнований по паралимпийским видам спорта: сборник /сост. А.В. Царик. – М.: Советский спорт, 2009. Бегидова Т.П. Основы адаптивной физической культуры: учеб.пособие / Т.П. Бегидова. – М.: Физкультура и спорт, 2007. Брискин Ю.А. Адаптивный спорт / Ю.А.Брискин, С.П. Евсеев, А.В. Передерий. – М.: Советский спорт, 2010. Нормативное правовое обеспечение физической культуры и спорта лиц с ограниченными возможностями здоровья: сб.документов и материалов.- М.: Советский спорт, 2009. Тёмные повязки на глаза. Резиновые бинты. Бируши.		
11-12	Особенности спортивной тренировки в адаптивном спорте. Виды подготовки спортсменов. Анализ	Практико-методические занятия - 2 часа Классификация основных направлений развития адаптивного спорта и виды спорта, входящие в раздел «Спортивные игры»:	Правила соревнований по паралимпийским видам спорта: сборник /сост. А.В. Царик. – М.: Советский спорт, 2009. Волейбол /под общей ред. А.В.	Изучение специальной литературы по теме лекции. Изучение правил соревнований по адаптивным видам	Собеседование.Реферат. Дифференцированная оценка.

	содержания особенностей программ Всероссийских Универсиад студентов, обучающихся по профилю «Адаптивное физическое воспитание».	и для по Паралимпийские виды спорта для спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата (ОДА): • волейбол стоя • волейбол сидя • бадминтон • настольный теннис • футбол ампутантов 7х7. Развитие физических качеств. Изучение и совершенствование технических приёмов игры. Игровая подготовка. Учебная практика. Основы судейства и организации соревнований: судья, ведение протоколов игры, проведение мини-турниров. Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях различными видами адаптивного спорта. Врачебный контроль в процессе занятий.	Беляева. М.: ТВТ. Дивизион, 2009. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства : Учеб. для студ.пед.вузов /Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П.Савин. – М.: Академия, 2004. Заваров, А. Футбол: уроки профессионала для начинающих [Электронный ресурс] /А.Заваров. - СПб.: ПИТЕР, 2010. – 1 эдектон. Опт. Диск (CD-ROM).-Систем. требования: Windows; CD-ROM; мышь.Луткова, Н.В. Способы оценки эффективности соревновательной деятельности в волейболе:[Электронный ресурс]: учебно- метод. пособие /Н.В.Луткова,Н.В. Дашкевич; Национальный гос. ун-Т физ.культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.: [б.и.], 2009. –. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК.Загл. с экрана. Бадминтон. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим	спорта. Подготовка к опросу.	

			доступа: Badmintonfans. ru. Волейбол сидя. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: volley. xox.kz. mf – volley.ru >sitting.. Мячи в\б, ф\б, н\т, ракетки бадминтона, воланы.		
13-15	Особенности спортивной тренировки в адаптивном спорте. Виды подготовки спортсменов. Анализ содержания и особенностей программ Всероссийских Универсиад для студентов, обучающихся по профилю «Адаптивное физическое воспитание».	Практико-методические занятия - 2 часа Классификация основных направлений развития адаптивного спорта и виды спорта, входящие в раздел «Спортивные игры»: Паралимпийские виды спорта для слепых спортсменов • голбол • футбол • бочче. Развитие физических качеств. Изучение и совершенствование технических приёмов игры. Игровая подготовка. Учебная практика. Основы судейства и организации соревнований: судья, ведение протоколов игры, проведение турниров. Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях различными видами адаптивного спорта. Врачебный контроль в процессе занятий.	Правила соревнований по паралимпийским видам спорта: сборник /сост. А.В. Царик. – М.: Советский спорт, 2009. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства : Учеб. для стуб.пед.вузов /Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П.Савин. – М.: Академия, 2004. Бочче. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: Disabi/ity. ru. Заваров, А. Футбол: уроки профессионала для начинающих [Электронный ресурс] /А.Заваров. - СПб.: ПИТЕР, 2010. – 1 эдектон. Опт. Диск (CD-ROM).- Систем.требования: Windows; CD-ROM; мышь. Голбол. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: www. Goalball. Ru. Мячи футбольные.		Опрос. Реферат. Дифференцированная оценка.

1.	Меры безопасности при занятиях легкой атлетикой и профилактика травматизма, дозировка нагрузки для лиц с ограниченными возможностями	Практико-методическое занятие (2 часа) Меры безопасности – основные понятия. Нормативно-правовые документы, регламентирующие безопасность занятий физической культурой и спортом. Требования, предъявляемые к преподавателю и занимающимся в целях предупреждения травматизма. Требования безопасности и санитарии при проведении занятий и соревнований по различным видам легкой атлетики для лиц с ограниченными возможностями. Обеспечение безопасности в процессе занятий, страховка и помощь. Оборудование мест занятий с учетом требований безопасности, использование основного и вспомогательного инвентарю. Правила и инструкции по мерам безопасности.	Необходимый инвентарь для проведения занятия в зависимости от поставленной задачи по обучению виду легкой атлетики, образцы заданий, специальная литература	(4 часа) Подготовка к практическим занятиям, изучение нормативно-правовых документов, специальной литературы по теме, применение полученных знаний при разработке конспекта и проведении учебной практики. Подготовка к опросу.	Опрос, реферат Демонстрация навыков на практических занятиях по учебной практике, реферат
3.	Анализ техники ходьбы и методика обучения лиц с ограниченными возможностями	Практические занятия (2 часа). Спортивная ходьба как вид легкой атлетики в программе Паралимпийских игр. Биомеханический сравнительный анализ техники спортивной ходьбы здоровых спортсменов и спортсменов с ограниченными возможностями в зависимости от перенесенного заболевания и его последствий. Положение туловища и головы, работа рук и ног при спортивной ходьбе. Движения маховой ногой, поворот таза и движения опорной ногой. Техника отталкивания. Амортизация. Основные временные и пространственные параметры. Цифровые выражения	Инвентарь для обучения технике ходьбы, образцы заданий учебной практики	(2 часа) Студенты готовятся к практическим занятиям, изучают правила соревнований по спортивной ходьбе в адаптивном спорте, знакомятся с современным состоянием легкой атлетики в России, мире. Самостоятельно совершенствуют технику спортивной ходьбы, изучают дополнительные	Опрос, демонстрация техники и выполнение практического норматива в ходьбе, микрозачет

		динамических и кинематических параметров техники. Периоды, фазы, моменты. Изменение техники в зависимости от рельефа местности. Отличие спортивной ходьбы от обычной, оздоровительной. Методика обучения технике спортивной ходьбы лиц с ограниченными возможностями в зависимости от перенесенного заболевания (нарушение зрения, слуха, умственная отсталость, детский церебральный паралич, поражения спинного мозга, врожденные аномалии развития, ампутации и др.). Специальные упражнения для обучения технике спортивной ходьбы. Причины возникновения ошибок и способы их устранения. Особенности обучения техникой спортивной ходьбой в зависимости от возраста, пола, подготовленности лиц с ограниченными возможностями в зависимости от перенесенного заболевания его последствий. Овладение техникой и методикой обучения спортивной ходьбе. Дистанции ходьбы. Правила соревнований по спортивной ходьбе в адаптивном спорте.		средства обучения спортивной ходьбе лиц с ограниченными возможностями.	
4.	Анализ техники бега на различные (короткие, средние и длинные) дистанции и методика обучения лиц с ограниченными	Практические занятия (2 часа). Бег на различные дистанции как вид легкой атлетики в программе Паралимпийских игр. Биомеханический сравнительный анализ техники бега на различные дистанции у здоровых спортсменов и спортсменов, имеющих ограниченные возможности в зависимости от	Инвентарь для обучения технике бега, образцы заданий учебной практики	(4 часа) Студенты готовятся к практическим занятиям, изучают правила соревнований по бегу в адаптивном спорте, знакомятся с современным	Демонстрация техники и выполнение практического норматива в беге, микрозачет.

	ВОЗМОЖНОСТЯМИ	перенесенного заболевания и его последствий. Положение туловища и головы, работа рук и ног при беге на различные (короткие, средние, длинные) дистанции. Изменение основных параметров в зависимости от длины дистанции. Основные временные и пространственные параметры. Динамические и кинематические параметры техники. Отталкивание, полет, постановка ноги на грунт (амортизация), момент вертикали. Особенности техники бега по повороту. Старт и стартовый разбег, их разновидности. Кривая изменения скорости при беге на различных дистанциях. Методика обучения технике бега (по прямой, по виражу, со старта, стартовому разбегу, финишированию, остановки после финиша). Особенности методики обучения в зависимости от возраста, пола, уровня подготовленности лиц с ограниченными возможностями в зависимости от перенесенного заболевания его последствий (нарушение зрения, слуха, умственная отсталость, детский церебральный паралич, поражения спинного мозга, врожденные аномалии развития, ампутации и др.). Показатели техничности. Овладение техникой и методикой обучения бега на различные дистанции. Дистанции и правила соревнований по бегу в адаптивном спорте.		состоянием легкой атлетики в России, мире. Самостоятельно совершенствуют технику бега, изучают дополнительные средства обучения бегу на различные дистанции лиц с ограниченными возможностями.	
5.	Анализ техники	Практические занятия (2 часа).	Инвентарь для обучения	(4 часа) Студенты	Опрос,

метания мяча, гранаты (копья) и методика обучения лиц с ограниченными возможностями	Современное состояние: рекорды, рекордсмены, чемпионы. Метание копья как вид легкой атлетики в программе Параолимпийских игр. Техника метания мяча, гранаты, копья на дальность и в цель. Особенности держания снаряда (мяч, граната, копье). Усложнение бросков с места поворотом плечевого пояса, отведением руки со снарядом, включением в работу ног. Обучение финальному усилию. Броски с 1-2-3 шагов. Обучение разбегу, переходу от разбега к броску, метание с разбега. Соединение основных элементов в единое целое. Овладение техникой и методикой обучения метанию мяча. Динамические и кинематические параметры метания мяча и гранаты, сравнительный анализ техники метания мяча и гранаты здоровых спортсменов и спортсменов, имеющих ограниченные возможности в зависимости от перенесенного заболевания и его последствий. Методика обучения технике метания мяча и гранаты лиц с ограниченными возможностями в зависимости от перенесенного заболевания и его последствий (нарушение зрения, слуха, умственная отсталость, детский церебральный паралич, поражения спинного мозга, врожденные аномалии развития, ампутации и др.). Средства для обучения технике метаний. Последовательность их использования. Основные ошибки и способы их устранения и	технике метания мяча, гранаты и копья, образцы заданий учебной практики	готовятся к практическим занятиям, изучают правила соревнований в метаниях мяча, гранаты и копья в адаптивном спорте, знакомятся с современным состоянием легкой атлетики в России, мире. Самостоятельно совершенствуют технику метания мяча, гранаты и копья, изучают дополнительные средства обучения метания мяча, гранаты и копья лиц с ограниченными возможностями.	демонстрация техники и выполнение практического норматива в метании мяча, гранаты, копья, микрозачет

		предупреждения. Правила техники безопасности. Правила соревнований по метаниям мяча, гранаты и копья в адаптивном спорте.			
6.	Анализ техники прыжка в высоту и методика обучения лиц с ограниченными возможностями	Практические занятия (2 часа). Прыжки в высоту как вид легкой атлетики в программе Паралимпийских игр. Характеристика техники прыжка в высоту способом «перешагивание», «волна», «перекидной», «фосбери-флоп» у здоровых спортсменов. Разбег, ритм и длина последних шагов разбега, переход к отталкиванию, отталкивание, полет и приземление. Роль маховых движений в отталкивании и полете. Техника преодоления планки. Анализ техники прыжков в высоту и методика обучения лиц с ограниченными возможностями, в зависимости от перенесенного заболевания и его последствий (нарушение зрения, слуха, умственная отсталость, детский церебральный паралич, поражения спинного мозга, врожденные аномалии развития, ампутации и др.). Прыжок в высоту разными способами. Особенности обучения технике перехода через планку и приземления. Обучение разбегу и отталкиванию. Овладение техникой и методикой обучения прыжкам в высоту способом "перешагивание" и «фосбери-флоп. Средства обучения и методические указания. Основные ошибки, способы их предупреждения и исправления. Правила соревнований в прыжках в высоту в адаптивном спорте.	Инвентарь для обучения технике прыжка в высоту, образцы заданий учебной практики	(2 часа). Студенты готовятся к практическим занятиям, изучают правила соревнований по прыжкам в высоту в адаптивном спорте, знакомятся с современным состоянием легкой атлетики в России, мире. Самостоятельно совершенствуют технику прыжков в высоту, изучают дополнительные средства обучения прыжков в высоту лиц с ограниченными возможностями.	Опрос, демонстрация техники и выполнение практического норматива в прыжках в высоту, микрозачет

7.	Анализ техники прыжка в длину и методика обучения лиц с ограниченными возможностями	Практические занятия (2 часа). Прыжки в длину как вид легкой атлетики в программе Паралимпийских игр. Анализ техники прыжков в длину здоровых спортсменов и лиц с ограниченными возможностями в зависимости от перенесенного заболевания и его последствий. Подготовка к разбегу, разбег, его длина, ритм, скорость. Подготовка к отталкиванию, ритм последних шагов, изменение угловых параметров и положения ОЦМТ. Постановка ноги на планку, отталкивание. Роль маховых движений. Угол вылета, угол отталкивания, влияние скорости разбега и постановки ноги при отталкивании на изменение начальной скорости вылета. Движения прыгуна в полете (способ выполнения прыжка - «согнув ноги»). Приземление. Методика обучения технике прыжков лиц с ограниченными возможностями в зависимости от перенесенного заболевания и его последствий (нарушение зрения, слуха, умственная отсталость, детский церебральный паралич, поражения спинного мозга, врожденные аномалии развития, ампутации и др.). Обучение разбегу, отталкиванию, полету и приземлению. Соединение основных фаз прыжка в одно целое. Овладение техникой и методикой обучения прыжкам в длину различными способами: "согнув ноги", «ножницы». Основные упражнения для обучения и	Инвентарь для обучения технике прыжка в длину, образцы заданий учебной практики	(2 часа). Студенты готовятся к практическим занятиям, изучают правила соревнований по прыжкам в длину в адаптивном спорте, знакомятся с современным состоянием легкой атлетики в России, мире. Самостоятельно совершенствуют технику прыжка в длину, изучают дополнительные средства обучения прыжкам в длину лиц с ограниченными возможностями.	Опрос, демонстрация техники и выполнение практического норматива в прыжках в длину, микрозачет

		последовательность их применения. Основные ошибки и способы их предупреждения и устранения. Правила соревнований по прыжкам в длину в адаптивном спорте.			
8.	Анализ техники метания диска и методика обучения лиц с ограниченными возможностями	Практические занятия (2 часа). Метание диска как вид легкой атлетики в программе Паралимпийских игр. Анализ техники метания диска. Держание снаряда. Исходное положение. Фазы техники метаний, их задачи, биомеханический сравнительный анализ техники здоровых спортсменов и спортсменов с ограниченными возможностями в зависимости от перенесенного заболевания и его последствий. Методика обучения технике метания диска (средства, методы, методические указания) лиц с ограниченными возможностями, в зависимости от перенесенного заболевания и его последствий (нарушение зрения, слуха, умственная отсталость, детский церебральный паралич, поражения спинного мозга, врожденные аномалии развития, ампутации и др.). Бросковые упражнения при обучении метанию диска. Основные упражнения для обучения технике метаний, последовательность их использования. Овладение техникой метания диска. Обучение держанию снаряда, размахиванию, выпуску. Обучение метанию диска с места. Усложнение бросков изменением исходного положения. Обучение разбегу	Инвентарь для обучения технике метания диска, образцы заданий учебной практики	(2 часа). Студенты готовятся к практическим занятиям, изучают правила соревнований в метании диска в адаптивном спорте, знакомятся с современным состоянием легкой атлетики в России, мире. Самостоятельно совершенствуют технику метания диска, изучают дополнительные средства обучения метанию диска лиц с ограниченными возможностями.	Опрос, демонстрация техники и выполнение практического норматива в метании диска, микрозачет

		(повороту) соединение основных элементов техники в единое целое. Основные ошибки и способы их предупреждения и исправления. Правила соревнований по метаниям диска в адаптивном спорте.			
9.	Анализ техники толкания ядра и методика обучения лиц с ограниченными возможностями	Практические занятия (2 часа). Толкание ядра как вид легкой атлетики в программе Параолимпийских игр. Сравнительный анализ техники толкания ядра здоровых спортсменов и спортсменов с ограниченными возможностями. Держание снаряда. Фазы техники толкания ядра, их задачи, биомеханический анализ. Кинематическая, динамическая и ритмическая структура. Начальная скорость вылета снаряда, ее производные и график. Разновидности техники толкания ядра в зависимости от способов выполнения и индивидуальных особенностей спортсмена. Методика обучения технике толкания ядра (средства, методы, методические указания) лиц с ограниченными возможностями, в зависимости от перенесенного заболевания и его последствий (нарушение зрения, слуха, умственная отсталость, детский церебральный паралич, поражения спинного мозга, врожденные аномалии развития, ампутации и др.). Бросковые упражнения при обучении толканию ядра. Основные упражнения для обучения технике метаний, последовательность их использования.	Инвентарь для обучения технике толкания ядра, образцы заданий учебной практики	(2 часа). Студенты готовятся к практическим занятиям, изучают правила соревнований в толкании ядра в адаптивном спорте, знакомятся с современным состоянием легкой атлетики в России, мире. Самостоятельно совершенствуют технику толкания ядра, изучают дополнительные средства обучения толканию ядра и специальным бросковым упражнениям лиц с ограниченными возможностями.	Контрольная работа №1, опрос, демонстрация техники и выполнение практического норматива в толкании ядра, микрозачет

		Овладение техникой толкания ядра. Школа владения снарядом (набивные мячи, облегченные и утяжеленные снаряды). Обучение держанию снаряда, скачку, выпуску. Обучение толканию ядра с места. Усложнение бросков изменением исходного положения. Обучение разбегу (скачку) соединение основных элементов техники в единое целое. Основные ошибки и способы их предупреждения и исправления. Правила соревнований по толканию ядра в адаптивном спорте. Контрольная работа №1 «Анализ и методика обучения технике спортивной ходьбы, толкания ядра и прыжков в высоту лиц с ограниченными возможностями»			
10.	Виды легкой атлетики в программы соревнований в адаптивном спорте и в Паралимпийском движении (эстафетный бег, легкоатлетическое многоборье, гонки в колясках на различные дистанции и другие виды) и методика обучения лиц с ограниченными возможностями	Практические занятия (2 часа). История развития легкой атлетики в адаптивном спорте и в Паралимпийском движении. Виды, включенные в программу Паралимпийских игр и соревнований по адаптивному спорту по легкой атлетике. Эстафетный бег. История развития вида. Виды эстафетного бега. Основные временные и пространственные параметры. Динамические и кинематические параметры техники. Особенности техники бега по повороту и передачи эстафетной палочки. Старт и стартовый разбег, их разновидности. Анализ техники передачи эстафетной палочки, ее варианты. Влияние правильной передачи эстафетной	Инвентарь для обучения технике эстафетного бега, метания молота, бега, тройного прыжка, гонок в колясках, образцы заданий учебной практики	(4 часа). Студенты готовятся к семинарским и практическим занятиям, изучают правила соревнований по легкой атлетике в адаптивном спорте, самостоятельно совершенствуют технику видов легкой атлетики, включенных в программу Параолимпийских игр. Знакомятся с современным состоянием легкой атлетики в России,	Опрос, демонстрация техники и выполнение практического норматива в эстафетном беге, метании молота, в конках в колясках, в тройном прыжке, микрозачет

		палочки на спортивный результат. Методика обучения технике эстафетного бега и передаче эстафетной палочки лиц с ограниченными возможностями. Способы передачи эстафетной палочки, методы обучения лиц с ограниченными возможностями. Овладение техникой и методикой обучения эстафетного бега. Основные упражнения для обучения технике бега. Ошибки и способы их устранения. Правила соревнований в эстафетном беге в адаптивном спорте. Марафон. История развития. Факторы, влияющие на результат в марафонском беге. Развитие физических качеств под влиянием бега на длинные и сверхдлинные дистанции. Правила соревнований в марафонском беге. Многоборье. Виды многоборий. История развития. Факторы, влияющие на результат в многоборье. Развитие физических качеств под влиянием многоборной подготовки. Правила соревнований в многоборьях. Гонки в колясках на короткие, средние и длинные дистанции, марафон. Другие виды (метание молота, тройной прыжок).		мире в адаптивном спорте.	
11.	Двигательные качества и методика их развития на занятиях по легкой атлетике с лицами с ограниченными возможностями	Практико-методические занятия (4 часа). Методический разбор особенностей силовой и скоростной подготовки лиц с ограниченными возможностями, в зависимости от перенесенного заболевания и его последствий (нарушение зрения, слуха, умственная отсталость, детский	Мультимедийное сопровождение лекции, образцы литературы	(4 часа). Студенты готовятся к практическим занятиям, самостоятельно совершенствуют полученные знания о методах и средствах	Опрос, реферат

		церебральный паралич, поражения спинного мозга, врожденные аномалии развития, ампутации и др.) в различных циклах подготовки. Освоение методики развития гибкости, выносливости и ловкости у лиц с ограниченными возможностями, в зависимости от перенесенного заболевания и его последствий (нарушение зрения, слуха, умственная отсталость, детский церебральный паралич, поражения спинного мозга, врожденные аномалии развития, ампутации и др.) различных видах легкой атлетики. Тесты для определения уровня развития выносливости.		развития двигательных качеств, изучают литературу. Демонстрируют полученные знания в конспектах уроков и навыки их применения на практических занятиях. Готовятся к опросам.	
12.	Организация и правила соревнований по легкой атлетике в адаптивном спорте		Правила соревнований, образцы литературы, образцы документации, используемой на соревнованиях.	(4 часа). Студенты готовятся к практическим занятиям, изучают правила соревнований по легкой атлетике в адаптивном спорте, знакомятся с современным состоянием легкой атлетики в России, мире, в Параолимпийском движении.	Опрос, демонстрация навыков судейства при организации и приеме практических нормативов в изучаемых видах легкой атлетики
13.	Урок по легкой атлетике	Практическое занятие (8 часов). Структура урока. Характеристика частей урока. Варианты композиции урока по легкой атлетике для лиц с ограниченными возможностями в зависимости от возраста, пола, характера	Инвентарь для выполнения заданий учебной практики, перечень заданий по учебной практике	(8 часов). Подготовка к практическим занятиям. Разработка конспекта и подготовка к проведению урока по	Опрос Контрольная работа №2 «Урок по легкой атлетике»

	перенесенного заболевание и его последствий, уровня подготовленности занимающихся. Научиться подбирать средства и методы обучения технике видов легкой атлетики, определять дозировку легкоатлетических упражнений, видеть и оценивать реакцию организма на нее, организовывать занятия. Обучение видам легкой атлетики с людьми, имеющими ограниченные возможности. Научиться находить ошибки техники и исправлять их, подбирать средства и методы обучения технике видов легкой атлетики и развития физических качеств легкоатлетов, определять дозировку легкоатлетических упражнений, организовывать занятия. Научиться проводить урок по легкой атлетике для лиц с ограниченными возможностями, анализировать проведение урока, подводить итоги и оценивать. Контрольная работа №2 по теме «Урок по легкой атлетике».		легкой атлетике для лиц с ограниченными возможностями. Совершенствование знаний и умений при составлении комплекса упражнений ОРУ и обучения технике легкоатлетических видов, применения их на практике. Изучение специальной и дополнительной литературы.	Конспект урока по легкой атлетике для лиц с ограниченными возможностями и. Проведение учебной практики по заданию, анализ урока, микрозачет
ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ЗАЧЁТ				

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

Контрольные вопросы и задания для самостоятельной работы соответствуют темам дисциплины и изложены при раскрытии каждой темы, а также при планировании материала в технологической карте

III курс (5 семестр)

Раздел 1. Гимнастика

1. Кондиционно-профилактическое направление – каковы его функции?
2. Охарактеризуйте рекреативное направление аэробики.
3. Назовите задачи, решаемые лечебно-реабилитационного направления аэробики.
4. К какому направлению относится аэробика и почему?
5. Построение урока степ-аэробики.
6. Какие задачи решаются в подготовительной части урока по аэробике (заминке)?
7. Перечислите основные средства заключительной части урока.
8. Какие уровни уроков по сложности выделяют?
9. Охарактеризуйте 2 уровень сложности базовой аэробики.
10. Назовите формы проведения уроков по аэробике.
11. Каким требованиям должен отвечать урок аэробики?
12. Назовите задачи подготовительной части урока аэробики.
13. Дайте обоснование необходимости разминки в уроке аэробики.
14. Какие темпы музыкальных произведений можно применять в разминке урока аэробики и почему?
15. Охарактеризуйте содержание разминки в уроке аэробики.
16. Раскройте физиологическое обоснование длительности основной части урока.
17. Каково содержание основной части урока?
18. Какова длительность и задачи заключительной части урока.
19. Назовите содержание заключительной части урока.
20. Раскройте физиологическое обоснование необходимости заключительной части урока аэробики.
21. С какой целью необходимо применять дыхательные упражнения в заключительной части урока.
22. Какие нетрадиционные средства можно применять в заключительной части урока?
23. Каковы особенности проведения растяжки в заключительной части урока?
24. Задачи, содержание и понятие танцевальной аэробики.
25. Что такое «полицентрика», «изоляция», «мультипликация», «оппозиция», «противодвижение»?
26. История, задачи, содержание и средства джаз-аэробики.
27. Объясните влияние джаз-аэробики на оздоровление занимающихся.
28. Структура урока джаз-аэробики и ее отличие от других видов.
29. История, задачи, содержание и средства фанк-аэробики.
30. История, задачи, содержание и средства хип-хоп аэробики.
31. История, задачи, содержание и средства латина-аэробики.
32. Основные «шаги», применяемые в латина-аэробике.
33. История, задачи, содержание и средства урока рок-н-ролл.
34. История, задачи, содержание и средства «риверданс» аэробики.
35. История, задачи, содержание и средства «рашенфолк»-аэробики.
36. История, задачи, содержание и средства уроков аэробики «боди-балет».
37. История, задачи, содержание и средства уроков аэробики «слим-джим»

38. История, задачи, содержание и средства уроков «тайебо» аэробики.
39. История, задачи, содержание и средства уроков «кибо» аэробики.
40. История, задачи, содержание и средства уроков «А бокс» аэробики.
41. История, задачи, содержание и средства уроков «пилатес».
42. История, задачи, содержание и средства уроков «тайчи».
43. История, задачи, содержание и средства уроков степ-аэробики (на платформе).
44. Назовите уроки аэробики на тренажерах.
45. В чем особенности проведения силовых уроков аэробики?
46. Назовите особенности уроков, способствующих развитию силовой выносливости.
47. Уровни уроков – задачи, средства, методика распределения нагрузки.
48. Назовите рекомендованный темп музыки в уроках разного уровня.
49. Сколько комбинаций и какой сложности возможно выполнять в уроках разного уровня?
50. Кто считается основателем степ-аэробики?
51. С какими болезнями можно бороться, занимаясь степ-аэробикой?
52. Какие виды уроков проходят с использованием степ-платформы?
53. Назовите размеры платформы.
54. Кто может заниматься степ-аэробикой?
55. Каков темп музыки при занятиях на степе?
56. Когда проявится оздоровительный эффект занятий на степ-платформе и его виды?
57. Назовите критерии средней, малой и высокой интенсивности работы на степ-платформе.
58. При какой интенсивности нагрузки возможен оздоровительный эффект в результате занятий физическими упражнениями и какова техника безопасности при работе на степе?
59. Назовите наиболее нагрузочные упражнения при занятиях степ-аэробикой.
60. Каковы основные правила работы на степе?
61. Что дает работа руками при занятиях на степе?
62. Каковы особенности работы мышц при занятиях степ-аэробикой?
63. Каков оптимальный темп музыки при занятиях на степ-платформе?
64. Почему не рекомендуется спрыгивать со степа?
65. Какова техника движений при работе на степ-платформе?
66. Какие виды отталкивания Вы знаете?
67. Охарактеризуйте динамический и статический режимы работы мышц.
68. Назовите виды динамической и статической работы мышц.
69. Почему изометрические упражнения мало влияют на ССС?
70. Назовите базовые маршевые шаги степ-аэробики.
71. Назовите методы, приемы, способствующие понять ритм музыки и услышать такты музыкального произведения.
72. Как далеко должны стоять от платформы занимающиеся?
73. В чем отличие базовых шагов от основных?
74. Что такое альтернативный шаг?
75. Охарактеризуйте способ «замены» одного движения у шага на другое.
76. Охарактеризуйте способ добавления к полному «шагу» нескольких движений от других шагов.
77. Охарактеризуйте способ соединения 2-х шагов.
78. Назовите и охарактеризуйте методы разучивания связок.
79. Назовите и охарактеризуйте способы конструирования уроков.

Задания для самостоятельной работы

Задание: Придумать несколько упражнений на степ-платформе для разных групп мышц с использованием разных режимов работы мышц.

Задание: Показать шаг и объяснить «Pivot turn», «Cross», «shasse», «knee up», «kurl», «step tuch», «ча-ча-ча», «мамбо» за степ.

Задание: составить альтернативные «шаги» заменой одного движения в каком-либо «шаге» на движение другого шага.

- кросс (cross) и степ тач (step tuch) объединяем на 8 счетов и выполняем правой и левой ногой;

- на степе - страдл (straddle) и ни ап (knee up) на 8 счетов и все с другой ноги;

- knee up и kurl объединяем на 4 счета;

- shasse и knee up (3 счета).

Задание: добавить к любому «шагу» движение из другого шага.

- соединяем ни ап, лэг бэк и ни ап – всего 8 счетов;

- лэг бэк и пивот на 8 счетов;

- ви-степ ,шоссе на 8 счетов (придумать несколько вариантов);

- лэг сайд и кросс (на 8 счетов несколько вариантов);

- ни ап и ланч на 8 счетов (несколько вариантов).

Задание: подготовить раскладку для обучения.

1-2 – Ви стэп с правой; 3-шаг правой на пол (мамбо правой на пол);

4-шаг левой на стэпе; 5-6-поворот налево по стэпу на 180;

7-8 мамбо правой на пол, шаг левой по стэпу. Правая на весу!

1-2 – с небольшим поворотом направо по стэпу,

3-4 - страдл

5 – шаг правой на степ;

6 – кик левой;

7 – шаг левой на пол с боку стэпа (на Эль-стэп);

8 – согнуть правую вперед (стоим боком к боку стэпа);

1-2 – шоссе по стэпу;

3 – шаг левой на пол с боку стэпа;

4 – согнуть левую вперед;

5 – шаг левой на стэп;

6 – правой скрестно перед левой на стэпе;

7-8 – на пол в И.П.

1-2 – «ча-ча-ча» на степ;

3-4 – страдл;

5-6 – «ча-ча-ча» на стэп;

7-8 – И.П.(можно стой стороны стэпа).

Задание. Придумать третий блок из элементов, имеющихся в представленных ниже двух так, что бы поменялась ведущая нога.

1-2 – с правой «ча-ча-ча» вдоль стэпа;

3-4 – кросс с боку через стэп (шаглевой вправо за стэп, приставить правую);

5-8 – с левой ни ап за в И.П.(шаг левой на стэп, согнуть правую вперед, правую назад через стэп на пол и приставить другую ногу.

1-4 – мамбо с правой;

5-8 – реверс по стэпу;

Раздел 2. Спортивные игры

III курс (5 семестр)

1. Какова история возникновения игры в дартс.
2. Каковы общие правила игры в дартс.
3. Каковы разновидности игры в дартс.
4. Назовите технику метания дротиков.
5. Куда производятся броски при игре в булл.
6. Какая страна считается родиной игры в дартс.
7. Что такое «дабл» и «требл».
8. Какова история возникновения игры в мини-футбол.
9. Каковы главные правила игры в мини-футбол.
10. Какие размеры площадки для игры в мини-футбол (минимальные и максимальные).
11. Каков размер ворот в мини-футболе.
12. Каков вес мяча в мини-футболе.
13. Сколько игроков играет в мини-футбол на площадке.
14. Какова продолжительность матча в мини-футбол.
15. Сколько длится тайм-аут в мини-футболе.
16. Каковы основные жесты судей в мини-футболе.
17. Каковы основные жесты судей в радиальном баскетболе.
18. Какова история возникновения игры радиальный баскетбол.
19. Какие размеры площадки в радиальном баскетболе.
20. Каковы основные правила игры в радиальном баскетболе.
21. Сколько длится игра в радиальном баскетболе.
22. Сколько человек играет в радиальный баскетбол.

Задания для самостоятельной работы

1. Изучение рекомендуемой литературы.
2. Изучение правил соревнований.
3. Подготовка комплексов упражнений или частей урока в соответствии с требованиями.
4. Проведение педагогического наблюдения.
5. Провести по заданию на группе различные части урока.
6. Судить игру в качестве судьи в поле и на протоколе.
7. Просмотр видео.
8. Подготовка к сдаче контрольных нормативов (радиальный баскетбол).
9. Составить положение о соревнованиях (дартс, мини-футбол, радиальный баскетбол).
10. Изучить жесты судей.
11. Подготовка к написанию реферата.
12. Подготовка к контрольной работе.

Раздел 4. «Профессионально - ориентированные виды спортивной деятельности»

IV курс (7 семестр)

1. Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов спортивной деятельности.
2. Классификация основных направлений развития адаптивного спорта и виды спорта, входящие в раздел «Спортивные игры».
3. Особенности спортивной тренировки в адаптивном спорте.
4. Виды подготовки спортсменов.
5. Анализ содержания и особенности программ Всероссийских Универсиад для студентов, обучающихся по профилю «Адаптивное физическое воспитание».

6. Правила соревнований по Паралимпийским видам спорта.
7. Правила соревнований по Сурдлимпийским видам спорта.
8. Правила соревнований по Специальным Олимпийским видам спорта.

Задания для самостоятельной работы

1. Изучение рекомендуемой литературы.
2. Изучение правил соревнований по Паралимпийским, Сурдлимпийским, Специальным Олимпийским видам спорта.
3. Изучение правил соревнований по видам спорта, включенным во Всероссийские Универсиады для студентов, обучающихся по профилю «Адаптивное физическое воспитание».
4. Подбор средств для ОФП и технической подготовленности к различным видам адаптивного спорта и видам спорта, входящих в раздел «Спортивные игры».
5. Провести по заданию на группе часть урока.
6. Подготовка к написанию реферата.
7. Проведение педагогического наблюдения.
8. Подготовка к проведению мини-турниров.
9. Подготовка к контрольным работам.
10. Подготовка к микрозачётам и зачёту.

Раздел 5. Лёгкая атлетика IV курс (8 семестр)

Тема: Анализ техники и методика обучения спортивной ходьбе

1. Какие показания и противопоказания к занятиям ходьбой на различные дистанции при различных заболеваниях у лиц с отклонениями здоровья вы знаете?
2. Силы действующие на спортсмена во время ходьбы?
3. Чем отличается ходьба от бега?
4. От чего зависит результат в ходьбе?
5. Как можно дозировать ходьбу?
6. Какова последовательность задач обучения в ходьбе?
7. Ошибки при обучении технике спортивной ходьбы и способы их устранения.
8. Состав судейской бригады на финише и их обязанности.
9. Состав судейской бригады на старте и их обязанности.
10. Состав судейской бригады на дистанции при проведении соревнований по спортивной ходьбе?
11. Определение победителей в ходьбе.
12. Тактические действия спортсмена при прохождении дистанции.
13. Влияние уровня развития выносливости на результат в беге на средние дистанции.

Тема: Анализ техники и методика обучения технике бега

14. Какие показания и противопоказания к занятиям бегом на различные дистанции при различных заболеваниях у лиц с отклонениями здоровья вы знаете?
15. Силы действующие на спортсмена во время бега.
16. От чего зависит результат в беге на короткие дистанции?
17. От чего зависит результат в беге на средние дистанции?
18. От чего зависит результат в беге на длинные дистанции и в марафоне?
19. Какова последовательность задач обучения в беге на короткие дистанции?
20. Ошибки при обучении технике бега на короткие дистанции и способы их устранения.
21. Состав судейской бригады на финише и их обязанности.
22. Состав судейской бригады на старте и их обязанности.

23. Определение победителей в беге
24. Тактические действия спортсмена при пробегании дистанции.
25. Коэффициент техничности и его влияние на результат в беге.
26. Влияние уровня развития выносливости на результат в беге на средние дистанции.

Тема: Анализ техники и методика обучения технике эстафетного бега

1. Какие показания и противопоказания к занятиям бегом на различные дистанции при различных заболеваниях у лиц с отклонениями здоровья вы знаете?
2. Влияние техники передачи эстафетной палочки на результат в эстафетном беге?
3. Влияние командных тактических действий спортсменов на результат в эстафетном беге.
4. Последовательность задач обучения в эстафетном беге.
5. Ошибки при обучении технике эстафетного бега и способы их устранения.
6. Состав судейской бригады на дистанции и их обязанности.
7. Определение победителей в эстафетном беге.

Тема: Анализ техники и методика обучения технике прыжков в длину

1. Какие показания и противопоказания к занятиям прыжками в длину при различных заболеваниях у лиц с отклонениями здоровья вы знаете?
2. От чего зависит дальность прыжка в длину?
3. Последовательность задач обучения прыжкам в длину.
4. Ошибки при обучении технике прыжка в длину в разбеге и способы их устранения.
5. Ошибки при обучении технике прыжка в длину в отталкивании и способы их устранения.
6. Состав судейской бригады в прыжках в длину.
7. Личные места участников соревнований в прыжках в длину (определение победителей):
8. От чего зависит точность разбега?
9. Маховые действия спортсмена при отталкивании и их влияние на результат в прыжках в длину.
10. Приземление в прыжках в длину и его влияние на результат в прыжках в длину.

Тема: Анализ техники и методика обучения технике прыжков в высоту

1. Какие показания и противопоказания к занятиям прыжками в высоту при различных заболеваниях у лиц с отклонениями здоровья вы знаете?
2. Какие способы полетной части прыжка в высоту различают?
3. От чего зависит результат прыжка в высоту?
4. Последовательность задач обучения прыжкам в высоту способом «перешагивание».
5. Ошибки при обучении технике прыжка в высоту в разбеге и способы их устранения.
6. Ошибки при обучении технике прыжка в высоту в отталкивании и способы их устранения.
7. Состав судейской бригады в прыжках в высоту.
8. Личные места участников соревнований в прыжках в высоту (определение победителей)
9. От чего зависит точность разбега в прыжках в высоту?
10. Маховые действия спортсмена при отталкивании и их влияние на результат в прыжках в высоту.

Тема: Анализ техники и методика обучения технике метания мяча, гранаты, копья

1. Какие показания и противопоказания к занятиям метанием мяча, гранаты или копья при различных заболеваниях у лиц с отклонениями здоровья вы знаете?

2. Силы действующие на снаряд.

3. Какие отличия имеются в технике метания мяча, гранаты и копья?

4. Влияние ритма шагов разбега на результат в метании мяча, гранаты, копья?

5. Угол вылета и его влияние на результат в метании мяча, гранаты, копья.

6. Угол местности и его влияние на результат в метании мяча, гранаты, копья.

7. Скорость вылета снаряда и ее влияние на результат в метании мяча, гранаты, копья.

8. Влияние уровня технической подготовленности на результат в метании мяча, гранаты и копья.

9. Последовательность задач обучения в метании мяча, гранаты и копья.

10. Ошибки при обучении технике метания мяча и гранаты и способы их устранения.

11. Состав судейской бригады в метаниях и их обязанности.

12. Определение победителей в метании мяча и гранаты.

Тема: Анализ техники и методика обучения технике метания диска

1. Какие показания и противопоказания к занятиям метанием диска при различных заболеваниях у лиц с отклонениями здоровья вы знаете?

2. Влияние ритма шагов разбега (поворота) на результат в метании диска.

3. Угол вылета и его влияние на результат в метании диска.

4. Угол местности и его влияние на результат в метании диска.

5. Скорость вылета снаряда и ее влияние на результат в метании диска.

6. Влияние уровня технической подготовленности на результат в метании диска.

7. Влияние уровня физической подготовленности на результат в метании диска.

8. Последовательность задач обучения в метании диска.

9. Ошибки при обучении технике метания диска и способы их устранения.

10. Состав судейской бригады в метаниях диска и их обязанности.

11. Определение победителей в метании диска.

Тема: Анализ техники и методика обучения технике толкания ядра

1. Какие показания и противопоказания к занятиям толканием мяча при различных заболеваниях у лиц с отклонениями здоровья вы знаете?

2. Силы действующие на снаряд.

3. Угол вылета снаряда и его влияние на результат в толкании ядра.

4. Угол местности и его влияние на результат в толкании ядра.

5. Скорость вылета снаряда и ее влияние на результат в толкании ядра.

6. Влияние уровня технической подготовленности на результат в толкании ядра.

7. Влияние уровня физической подготовленности на результат в толкании ядра.

8. Последовательность задач обучения в толкании ядра.

9. Ошибки при обучении технике толкания ядра и способы их устранения.

10. Состав судейской бригады в толкании ядра и их обязанности.

11. Определение победителей в толкании ядра.

Тема: Легкоатлетические многоборья

1. Какие показания и противопоказания к занятиям различными видами многоборья при различных заболеваниях у лиц с отклонениями здоровья вы знаете?

2. Виды многоборья (пентатлон).

3. Влияние уровня технической подготовленности на результат в многоборье.

4. Влияние уровня физической подготовленности на результат в многоборье.

5. Последовательность задач обучения в многоборье.

6. Ошибки при обучении технике видов многоборья и способы их устранения.

7. Состав судейской бригады на соревнованиях по многоборью и их обязанности.

8. Определение победителей в многоборье.

5. Примерная тематика рефератов для студентов

Раздел 1. Гимнастика

III курс (5 семестр)

1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности - интегративная дисциплина.
2. Средства, методы и методические приёмы используемые в адаптивной физической культуре.
3. Особенности использования технологий физкультурно-спортивной деятельности с учётом нозологического признака и возраста.
4. Виды гимнастики, применяемые в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности.
5. Аэробика как вид двигательной активности. Адаптивное направление аэробики.
6. Особенности занятий оздоровительной и прикладной аэробикой с различным контингентом (нозологическая группа и возраст).
7. Методика построения комплекса низкоударной аэробики для лиц, имеющих ограниченные возможности (нозологическая группа и возраст).
8. Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре.
9. Степ-аэробика в адаптивной физической культуре.
10. Танцевальная аэробика в адаптивной физической культуре.
11. Характеристика системы «шейпинг» и организация занятий им с лицами, имеющими ограниченные возможности.
12. Особенности использования стретчинга в адаптивной физической культуре.
13. Калланетика и методика организации занятий ей в адаптивной физической культуре.

Раздел 2. Спортивные игры

III курс (5 семестр)

1. Методика организации и проведение игры в дартс (нозологическая группа, возраст, вид адаптивной физической культуры по выбору студента).
2. Методика организации и проведение игры в мини-футбол с детьми, имеющими нарушение интеллекта.
3. Организация и проведение игр радиальный баскетбол – «Питербаскет» и ее адаптированный вариант «Питербаскет-валид».
4. История возникновения игра в дартс.
5. История возникновения игры в мини-футбол.
6. История возникновения игры радиальный баскетбол.
7. Нетрадиционные виды спорта в АФК и их характеристика.
8. Техника и тактика игры в (дартс, мини-футбол, радиальный баскетбол).
9. Оборудование и инвентарь для игры (дартс, мини-футбол, радиальный баскетбол).

Раздел 4. «Профессионально - ориентированные виды спортивной деятельности»

IV курс (7 семестр)

1. История Паралимпийского спорта.
2. История Сурдлимпийского спорта.
3. История Специального Олимпийского спорта.
4. Специальное оборудование и инвентарь для спортсменов-инвалидов.
5. История возникновения, развития и правил соревнований игр, входящих в раздел «Спортивные игры» на Паралимпийских играх

для спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата (ОДА):

- волейбол стоя
- волейбол сидя
- бадминтон
- баскетбол на колясках
- настольный теннис
- теннис на колясках
- футбол ампутантов 7х7.

6. История возникновения, развития и правил соревнований игр, входящих в раздел «Спортивные игры» на Паралимпийских играх для слепых спортсменов:

- голбол
- футбол 5х5
- бочче.

7. История возникновения, развития и правил соревнований игр, входящих в раздел «Спортивные игры» на Сурдлимпийских играх (спортсмены с поражением слуха):

- баскетбол
- волейбол
- пляжный волейбол
- бадминтон
- гандбол
- настольный теннис
- теннис
- футбол
- футзал
- боулинг.

8. История возникновения, развития и правил соревнований игр, входящих в раздел «Спортивные игры» на Специальных олимпийских играх (для спортсменов с поражением интеллекта) в официальных видах спорта:

- баскетбол
- гандбол
- футбол
- настольный теннис
- теннис
- волейбол
- софтбол
- боулинг.

9. История возникновения, развития и правил соревнований игр, входящих в раздел «Спортивные игры» на Специальных олимпийских играх (для спортсменов с поражением интеллекта) в неофициальных видах спорта:

- бочче
- волейбол
- голбол
- настольный теннис
- дартс.

10. Анализ содержания и особенностей программ Всероссийских Универсиад для студентов, обучающихся по профилю «Адаптивное физическое воспитание». История возникновения, развития и правил соревнований игр:

- питербаскет (радиальный баскетбол)
- волейбол сидя
- хоккей на полу

- бег за лидером.

11. Особенности спортивной тренировки в адаптивном спорте.
12. Виды подготовки спортсменов-инвалидов:

- теоретическая
- физическая
- техническая
- тактическая
- психологическая
- игровая
- интегральная.

Раздел 5. Лёгкая атлетика

IV курс (8 семестр)

1. Возникновение и этапы развития легкой атлетики в России и в мире как спорта инвалидов.
2. Этапы развития легкой атлетики в Параолимпийском движении.
3. История развития одного из видов легкой атлетики (вид по выбору) в адаптивной физической культуре.
4. Современное состояние и тенденции развития легкой атлетики в адаптивной физической культуре.
5. Требования, предъявляемые к преподавателю и занимающимся в целях предупреждения травматизма у лиц с ограниченными возможностями;
6. Требования к местам занятий и инвентарю;
7. Виды травм и меры их предупреждения
8. Показания и противопоказания к занятиям легкой атлетикой при различных заболеваниях у лиц с отклонениями здоровья вы знаете?
9. Структура и характеристика двигательных качеств в легкой атлетике, их значение для достижения результатов у лиц с отклонением в состоянии здоровья.
10. Методика воспитания двигательных качеств быстроты для лиц с отклонениями здоровья.
11. Методика воспитания двигательных качеств выносливости для лиц с отклонениями здоровья.
12. Методика воспитания двигательных качеств силы для лиц с отклонениями здоровья.
13. Методика воспитания двигательных качеств гибкости для лиц с отклонениями здоровья.
14. Методика воспитания двигательных качеств ловкости для лиц с отклонениями здоровья.

6. Перечень вопросов к зачету

Раздел 1. Гимнастика

III курс (5 семестр)

1. Место, значение, задачи, методы, средства, методические особенности дисциплины.
2. Технологии физкультурно-спортивной деятельности как интегрированная дисциплина и её основные разделы.
3. Возникновение и развитие дисциплины.
4. Классификация и особенности использования технологий физкультурно-спортивной деятельности с учётом нозологии.
5. Особенности подбора и применения средств в классифицируемых технологиях.
6. Понятие «здоровье» соматическое, физическое, психическое, нравственное.
7. Показатели здоровья, предболезнь и болезнь.
8. Классификация оздоровительных видов гимнастики и особенности их применения в адаптивной физической культуре.
9. Задачи, содержание и особенности организации занятий лечебной гимнастикой.
10. Адаптивные направления аэробики и характеристика их влияния на организм человека.
11. Аэробные программы Кеннета Купера.
12. Музыкальное ритмопластическое направление в гимнастике.
13. Танцевальная аэробика Джейн Фонды и Джеки Соренса.
14. Современные классификации оздоровительно аэробики.
15. Задачи, содержание и особенности организации занятий классической аэробикой.
16. Задачи, содержание и особенности организации занятий танцевальной аэробикой.
17. Особенности конструирования и разучивания программ по оздоровительной аэробике.
18. Приёмы регулирования нагрузки по оздоровительной аэробике.
19. Структура и содержание занятий оздоровительной аэробикой.
20. Средства аэробики и термины, применяемые для их обозначения.
21. Определение направленности и содержания занятия по аэробике в зависимости от поставленных перед педагогом задач и возраста занимающихся.
22. Возрастные противопоказания и их учёт при подборе средств и методов.
23. Методика проведения занятий с дошкольниками.
24. Методика проведения занятий с детьми различного школьного возраста.
25. Особенности проведения занятий со студентами и людьми среднего возраста.
26. Занятия оздоровительной аэробикой с людьми пожилого возраста.
27. Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре (задачи, содержание и особенности организации занятий).
28. Методика составления и обучения оздоровительному комплексу фитбол-аэробики.
29. История возникновения степ-аэробики и особенности занятий с использованием степ-платформ.
30. Физиологические воздействия степа на организм занимающихся и правила степ-тренировки.
31. Техника базовых шагов степ-аэробики и методика обучения им.
32. Методика составления комплексов степ-аэробики и особенности организации занятий с учётом нозологии.

33. Стретчинг как самостоятельная система упражнений и его особенности.
34. Характеристика методов стретчинга, принципы и структура стретч-занятия.
35. Задачи, содержание, методика организации и проведения стретчинга в адаптивной физической культуре.
36. Место и значение калланетики в адаптивной физической культуре.
37. Калланетика как метод коррекции проблемных зон в телосложении человека.
38. Средства калланетики и технология конструирования содержания занятий калланетикой.
39. Методические особенности организации и проведения занятий с лицами, имеющими ограниченные возможности.
40. Объективные и субъективные показатели самоконтроля и особенности их учёта в практике занятий оздоровительной аэробикой.
41. Физиологические основы проведения занятий низкоударной аэробикой с лицами, имеющими ограниченные возможности.
42. Особенности методики проведения занятий оздоровительной аэробикой с лицами, имеющими нарушения слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, психики.
43. Метрологические требования к тестам и процедуре тестирования подготовленности занимающихся оздоровительной аэробикой.
44. Методика тестирования и оценки уровня функционального состояния и развития физических качеств занимающихся.
45. Сбалансированное питание и правила его рационализации.
46. Режим и организация питания при занятиях оздоровительной аэробикой различной методической направленности (снижение или увеличение мышечной массы, снижение толщины жировых складок с повышением мышечной силы, увеличение мышечной массы и жировой массы).
47. Психолого-педагогические основы проведения занятий с лицами, имеющими ограниченные возможности.

Раздел 2. Спортивные игры

III курс (5 семестр)

1. Использование игры в дартс в работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
2. Использование игр в мини-футбол в работе с лицами, имеющими проблемы интеллекта.
3. Организация и методика проведения игры в радиальный баскетбол – Питербаскет.
4. История возникновения игры в дартс.
5. История возникновения игры в мини-футбол.
6. История возникновения игры в питербаскет.
7. Основные правила игры в дартс.
8. Основные правила игры в мини-футбол.
9. Основные правила игры в питербаскет.
10. Расскажите о «дабл» и «требл».
11. Расскажите значение и технику игры в булл.
12. Техника игры в дартс и ее разновидности.
13. Техника игры в мини-футбол.
14. Техника игры в питербаскет.
15. Тактика игры в дартс.
16. Тактика игры в мини-футбол.
17. Тактика игры в питербаскет.

18. Продолжительность матча в мини-футбол.
19. Продолжительность матча в питебаскет.
20. Основные жесты в мини-футболе.
21. Основные жесты в питебаскете.
22. Размеры площадки в мини-футбол.
23. Размеры площадки в питебаскет.
24. Методика обучения техническому приему (по выбору) игры в:
 - А) дартс
 - Б) мини-футбол
 - В) питебаскет.

Раздел 3. Плавание. IV курс (7 семестр)

1. Различия рекреативного, кондиционного и оздоровительного плавания.
2. Основные задачи, решаемые в лечебном и адаптивном плавании.
3. Какое воздействие оказывает плавание на деятельность основных систем организма.
4. Воздействие плавания на сердечно-сосудистую и дыхательную системы.
5. Почему плавание спортивными способами рекомендуют для коррекции позвоночного столба и опорно-двигательного аппарата.
6. Основные классификационные признаки разделения водных видов адаптивной двигательной рекреации на группы.
7. Особенности организации и основные методические принципы при проведении занятий лечебным плаванием.
8. Основные группы упражнений, применяющиеся в лечебном плавании, их содержание, дозировка.
9. Лечебное плавание в системе периодов ЛФК.
10. Основы методики лечебного плавания в травматологии.
11. Особенности методики лечебного плавания при нарушениях осанки и сколиозах.
12. Основы методики лечебного плавания при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
13. Особенности методики применения плавания при заболеваниях дыхательной системы.
14. Задачи лечебного плавания при заболеваниях и повреждениях центральной нервной системы (инсульт, позвоночно-спинальные травмы, остеохондроз, невроты).
15. Отличительные особенности методики проведения занятий лечебным плаванием при основных заболеваниях органов пищеварения.
16. Методика лечебного плавания при ожирении.
17. Показания, основные задачи и применяемые упражнения в лечебном плавании в гинекологии.
18. Характеристика организации и методики лечебного плавания при беременности.
19. Роль закаливания при плавании как способа повышения иммунитета.
20. Плавание в системе реабилитации и адаптации лиц с ограниченными возможностями.
21. Особенности материально-технического обеспечения и оборудования бассейнов для лиц ограниченными возможностями.
22. Характеристика работы тренера и его помощников при первых посещениях бассейна лиц с ограниченными возможностями..

23. Особенности входа и выхода из воды для лиц с ограниченными возможностями.
24. Особенности обучения спортивным способам плавания лиц с нарушениями слухового анализатора.
25. Особенности обучения спортивным способам плавания лиц с нарушениями зрительного анализатора.
26. Особенности обучения спортивным способам плавания лиц с нарушениями
- Особенности обучения спортивным способам плавания лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
27. Особенности обучения спортивным способам плавания лиц с нарушениями интеллекта.
28. Особенности тренировки лиц с ограниченными возможностями. Особенности планирования тренировочных нагрузок.
29. Характеристика принципиальных положений разработки спортивной классификации по плаванию для спортсменов с ограниченными возможностями .
30. Особенности организации, проведения и судейства соревнований для лиц с нарушениями зрительного анализатора.
31. Особенности организации, проведения и судейства соревнований для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
32. Особенности организации, проведения и судейства соревнований для лиц с нарушениями интеллекта.
33. Достижения российских пловцов с ограниченными возможностями и основные параметры их спортивной тренировки.
34. Особенности организации и проведения занятий гидроаэробикой с учетом нозологии.
35. Место гидрореабилитации в системе профессионального образования.
36. Гидрореабилитация лиц после травм и ампутаций.
37. Гидрореабилитация лиц при ДЦП, аутизме.
38. Гидрореабилитация лиц при болезни Дауна, олигофрении, эпилепсии, гемипарезе, микроцефалии, гидроцефалии ЗПР.
39. Гидрореабилитация детей-инвалидов: новорожденных и грудного возраста..
40. Меры безопасности при занятиях плаванием и профилактика травматизма.
41. Оборудование и инвентарь при проведении занятий по гидрореабилитации.
42. Критические ситуации и методика их преодоления при обучении плаванию ребенка-инвалида.

Раздел 4. Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности

IV курс (7 семестр)

1. Понятия и классификация профессионально-ориентированной видов спортивной деятельности.
2. Классификация основных направлений развития адаптивного спорта.
3. История Паралимпийского спорта.
4. История Сурдлимпийского спорта.
5. История Специального Олимпийского спорта.
6. Специальное оборудовании и инвентарь в видах адаптивного спорта, разработанных для спортсменов-инвалидов.
7. История возникновения и развития спортивных игр, входящих в программу Паралимпийских игр для спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата (ОДА). Правила соревнований, оборудование и инвентарь.

8. История возникновения и развития спортивных игр, входящих в программу Паралимпийских игр для слепых спортсменов. Правила соревнований, оборудование и инвентарь.

9. История возникновения и развития спортивных игр, входящих в программу Сурдлимпийских игр (спортсмены с поражением слуха). Правила соревнований, оборудование и инвентарь.

10. История возникновения и развития спортивных игр, входящих в программу Специальных олимпийских игр (спортсмены с поражением интеллекта) в официальных видах спорта. Правила соревнований, оборудование и инвентарь.

11. История возникновения и развития спортивных игр, входящих в программу Специальных олимпийских игр (спортсмены с поражением интеллекта) в неофициальных видах спорта. Правила соревнований, оборудование и инвентарь.

12. Особенности спортивной тренировки в адаптивном спорте.

13. Виды подготовки спортсменов-инвалидов (теоретическая, физическая, техническая, тактическая, игровая, психологическая, интегральная).

14. Анализ содержания и особенностей программ Всероссийских Универсиад для студентов, обучающихся по профилю «Адаптивное физическое воспитание».

15. История возникновения и развития спортивных игр, входящих в программу Всероссийских Универсиад для студентов, обучающихся по профилю «Адаптивное физическое воспитание» (питебаскет (радиальный баскетбол), волейбол сидя, хоккей на полу). Правила соревнований, оборудование и инвентарь.

16. Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях различными видами адаптивного спорта.

17. Врачебный контроль в процессе занятий различными видами адаптивного спорта.

18. Основы судейства и организации соревнований по спортивным играм: судья, ведение протоколов игры, проведение мини-турниров.

Раздел 5. Лёгкая атлетика

IV курс (8 семестр)

1. Место и значение легкой атлетики в системе адаптивной физической культуры.

2. Классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений.

3. Меры безопасности при занятиях легкой атлетикой с лицами с ограниченными возможностями и профилактика травматизма.

4. Показания и противопоказания к занятиям легкоатлетическими упражнениями лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

5. Урок - основная форма занятий с лицами с ограниченными возможностями.

6. Сравнительный анализ техники бега на короткие дистанции у лиц с ограниченными возможностями.

7. Сравнительный анализ техники бега на средние дистанции у лиц с ограниченными возможностями.

8. Сравнительный анализ техники прыжков в высоту у лиц с ограниченными возможностями.

9. Сравнительный анализ техники прыжка в длину у лиц с ограниченными возможностями.

10. Сравнительный анализ техники метания мяча, гранаты, копья у лиц с ограниченными возможностями.

11. Сравнительный анализ техники спортивной ходьбы у лиц с ограниченными возможностями.

12. Сравнительный анализ техники гонок в колясках у лиц с ограниченными возможностями.

13. Сравнительный анализ техники метания диска у лиц с ограниченными возможностями.
14. Сравнительный анализ техники толкания ядра у лиц с ограниченными возможностями
15. Сравнительный анализ техники эстафетного бега у лиц с ограниченными возможностями.
16. Методика обучения технике бега на короткие дистанции (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения) лиц с ограниченными возможностями.
17. Методика обучения технике спортивной ходьбы (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения) лиц с ограниченными возможностями.
18. Методика обучения технике бега на короткие дистанции (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения).
19. Методика обучения технике бега на средние дистанции (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения) лиц с ограниченными возможностями.
20. Методика обучения технике прыжка в высоту (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения) лиц с ограниченными возможностями.
21. Методика обучения технике прыжка в длину (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения) лиц с ограниченными возможностями.
22. Методика обучения технике метания мяча, гранаты (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения) лиц с ограниченными возможностями.
23. Методика обучения технике толкания ядра (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения).
24. Методика обучения технике метания диска (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения) у лиц с ограниченными возможностями.
25. Методика обучения технике эстафетного бега (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения) у лиц с ограниченными возможностями.
26. Методика воспитания силы у лиц с ограниченными возможностями.
27. Методика воспитания быстроты у лиц с ограниченными возможностями.
28. Методика воспитания выносливости у лиц с ограниченными возможностями.
29. Методика воспитания ловкости у лиц с ограниченными возможностями.
30. Методика воспитания гибкости у лиц с ограниченными возможностями.
31. Положение о соревнованиях по легкой атлетике в адаптивном спорте.
32. Виды и программа соревнований по легкой атлетике в адаптивном спорте.
33. Правила соревнований по спортивной ходьбе.
34. Правила соревнований в беге на короткие дистанции.
35. Правила соревнований в беге на средние дистанции.
36. Правила соревнований по прыжкам в длину.
37. Правила соревнований по метанию мяча, гранаты.
38. Правила соревнований по прыжкам в высоту
39. Правила соревнований по толканию ядра.
40. Правила соревнований по метанию диска.
41. Правила соревнований по многоборью.
42. Правила соревнований по эстафетному бегу.
43. Состав судейской коллегии для проведения соревнований по легкой атлетике.

Распределение часов дисциплины по темам и видам работ

курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего часов	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа
1	2	2	4	5	6
Раздел 1. Гимнастика					
3 курс (5 семестр)	Оздоровительная аэробика как вид двигательной активности. Адаптивное направление аэробики	4	2	-	2
	Особенности содержания, организации и проведения занятий аэробикой	14	2	4	8
	Контроль и самоконтроль в процессе занятий оздоровительной аэробикой.	8	2	2	4
	Гигиена питания при занятиях оздоровительной аэробикой.	4	2	-	2
	Методика построения и проведения комплекса низкоударной аэробики для лиц, имеющих ограниченные возможности	12	2	4	6
	Танцевальная аэробика в адаптивной физической культуре.	6	-	2	4
	Фитбол-аэробика в адаптивной физической культуре.	6	-	2	4
	Степ-аэробика в адаптивной физической культуре.	6	-	2	4
	Стретчинг в адаптивной физической культуре.	6	-	2	4
	Калланетика-система физических упражнений Калан Пинкни.	6	-	2	4
	ИТОГО:	72	10	20	42
Раздел 2. Спортивные игры					
3 курс (5 семестр)	Методика организации и проведения игры в дартс	20	2	6	12
	Методика организации и обучения игры в мини-футбол	20	2	6	12
	Организация и методика проведения игры в радиальный баскетбол – «Питербаскет»	32	4	10	18

ИТОГО:		72	8	22	42
Раздел 3. Плавание					
4 курс (7 семестр)	Плавание лиц, имеющих ограниченные возможности, гидро-реабилитация.	4		2	2
	Техника безопасности в плавании.	4	-	2	2
	Водные виды адаптивной двигательной рекреации	2		-	2
	Организационно-методические основы лечебного плавания	8		2	6
	Особенности занятий лечебным плаванием.	20	-	10	10
	Плавание в системе реабилитации и адаптации лиц с ограниченными возможностями.	8		2	6
	Особенности обучения плаванию лиц с ограниченными возможностями	8	-	4	4
	Спортивная тренировка в адаптивном плавании.	12		6	6
	Организация проведение и судейство соревнований.	6	-	2	4
	ИТОГО:	72	-	30	42
Раздел 4. Профессионально-ориентированные виды спортивной деятельности					
4 курс (7 семестр)	Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов спортивной деятельности. Классификация основных направлений развития адаптивного спорта и виды спорта, входящие в раздел «Спортивные игры».	50	-	20	30
	Особенности спортивной тренировки в адаптивном спорте. Виды подготовки спортсменов. Анализ содержания и особенностей программ Всероссийских Универсиад для студентов, обучающихся по профилю «Адаптивное физическое воспитание».	22	-	10	12
	ИТОГО:	72	-	30	42

Раздел 5. Лёгкая атлетика

4 курс (8 семестр)	Меры безопасности при занятиях легкой атлетикой с лицами с ограниченными возможностями и профилактика травматизма.	6	-	2	4
	Анализ техники спортивной ходьбы и методика обучения лиц с ограниченными возможностями.	4	-	2	2
	Анализ техники бега на различные дистанции (короткие, средние и длинные) и методика обучения лиц с ограниченными возможностями.	6	-	2	4
	Особенности методики обучения метанием мяча, гранаты (копья, диска) лиц с ограниченными возможностями.	6	-	2	4
	Анализ техники прыжка в высоту и методика обучения лиц с ограниченными возможностями	4	-	2	2
	Анализ техники прыжка в длину и методика обучения лиц с ограниченными возможностями.	4	-	2	2
	Анализ техники метания диска и методика обучения лиц с ограниченными возможностями	4	-	2	2
	Анализ техники толкания ядра и методика обучения лиц с ограниченными возможностями.	4	-	2	2
	Виды легкой атлетики в программе соревнований адаптивного спорта и в Параолимпийском движении (эстафетный бег, легкоатлетическое многоборье, гонки в колясках на различные дистанции и другие виды) и правила соревнований.	6	-	2	4
	Двигательные качества и методика их развития на занятиях по легкой атлетике с лицами с ограниченными возможностями	8	-	4	4
	Организация и правила соревнований по лёгкой атлетике в адаптивном спорте	4	-	-	4
	Урок по легкой атлетике	16	-	8	8
	ИТОГО:	72	-	30	42

358

ИТОГО:		360	18	132	210

Форма итогового контроля

Учет успеваемости студентов ведется в форме контрольных и реферативных работ по темам опроса и микрозачетов по отдельным учебным темам, а также теоретических зачетов по разделам в конце 5,7,8 семестров.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины

Рекомендуемая литература (основная)

1. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студ. Вузов физической культуры/ Под ред. Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 304с.
2. Голомазов, С.В. Теория и методика футбола /С.В. Голомазов, Б.Г.Чирва. –Т.1 техника игры. -М.: ТВТ Дивизион, 2008. –476 с.
3. Давыдов В.Ю. Меры безопасности на уроках физической культуры [Текст]: учебно-методическое пособие / В.Ю. Давыдов. – М.: Советский спорт, 2007. – 140 с.
4. Зозуля Т.В. Комплексная реабилитация инвалидов: Учебное пособие для студентов.- М.: Академия,2005.-302 с.
5. Иванов В.А. Содержание технико-тактических приемов в соревновательной деятельности / Теория и практика физической культуры.-2006.-№4.-С. 32-34.
6. Ковшура Е.О. Оздоровительная классическая аэробика: учебное пособие/Е.О.Ковшкра. – Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 167 с.: ил.- (Высшее образование).
7. Легкая атлетика: учеб.пособие для студ. высш.учеб.заведений/ А.И.Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В.Сидорчук.-3-е изд., стер. – М.: Издотельский центр «Академия», 2006. – 464с.
8. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: Учебник для студентов высших учебных заведений.- М.: Физическая культура,2005.- 533 с.
9. Медведева Е.Н., Курова О.В., Львова Л.Г., Люйк Л.В., Курова Т.В., Медведев А.Н. Модернизация физкультурного образования на основе применения нетрадиционных видов двигательной деятельности в физическом воспитании школьников. Учебное пособие для студентов. Торжок, 2011. – 96с.
10. Никитин А.А. Организация и содержание учебной работы по дартс в ДЮСШ: учебно-метод.пособие / А.А.Никитин. - СПб.: СПбГАФК, 2005.- 60 с.
11. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения: учеб.пособие для студ. вузов / Д.И.Нестеровский. 5-е изд.,стер. – М.: Академия. 2010. 336 с.
12. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб. пособие для студ. вузов.- Москва, 2005 .
13. Спортивное и военно-прикладное плавание: Учеб./под ред.проф. О.В. Новосельцева.- СПб.: ВИФК, 2005.-584 с.
14. Теория и организация адаптивной физической культуры. Том 1./ под общей ред. С.П. Евсеева.- М.: Советский спорт,2003.- 447 с.
15. Теория и организация адаптивной физической культуры. Том 2./ под общей ред. С.П. Евсеева.- М.: Советский спорт,2005.- 446 с.
16. Теория и методика обучения базовым видам спорта.Гимнастика: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования/ред. Е.С. Крючек, Р.Н. Терехина.- М. : Академия, 2012.- 288 с.
17. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник в 2 т. Т.1. Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / Под общ. ред. Проф. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2003. - 448 с.: ил.

17. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: Учебное пособие / Авторы-составители О.Э. Аксенова, С.П. Евсеев / Под ред. С.П. – М.: Советский спорт, 2004. – 296 с.: ил.
18. Частные методики адаптивной физической культуры: Ученое пособие / Под ред Л.В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.: ил.
19. Паралимпийский спорт. Нормативное правовое и методическое регулирование. М.: Советский спорт, 2010. – 1270 с.
20. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник /ред. С.П.Евсеев. 3-е изд. Т.1 – М: Советский спорт, 2010. – 291 с.
21. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник /ред. С.П.Евсеев. 3-е изд. Т.2 – М: Советский спорт, 2009. – 448 с.
22. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учеб.пособие/ ред. С.П. Евсеев. М.: Советский спорт, 2007. – 296 с.
23. Правила соревнований по паралимпийским видам спорта: сборник /сост. А.В. Царик. – М.: Советский спорт, 2009. – 560 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Вихров К.Л. Игры в тренировке футболистов.- Киев.: Здоровье, 2007.- 93 с. Иванов В.А. Содержание технико-тактических приемов в соревновательной деятельности / Теория и практика физической культуры.-2006.-№4.-С. 32-34.
2. Люйк Л.В., Айзятуллова Г.Р., Солодянников О.В. Методы конструирования программ по оздоровительным видам аэробики: Учебно-методическое пособие/ Л.В.Люйк, Г.Р.Айзятуллова, О.В.Солодянников; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт-Петербург.– СПб., 2009.
3. Львова Л.В. Организация и проведение соревнований по комплексу подвижных игр для детей и подростков школьного возраста (летние и зимнее комплексы подвижных игр): Метод. рекомендации. / Л.Г. Львова, Е.М. Власова.- В. Луки.: ВЛГАФК, 2005.- 39 с.
4. Львова Л.Г. Веселые старты для учащихся 1-3, 4-5 и 6-8 классов: Метод. рекомендации. / Л.Г. Львова, Е.М. Власова.- В. Луки.: ВЛГАФК, 2004.- 47 с.
5. Львова Л.Г. Дни здоровья и спорта для учащихся 1-3, 4-5 и 6-8 классов: Метод. рекомендации. / Л.Г. Львова, Е.М. Власова.- В. Луки.: ВЛГАФК, 2005.- 39 с.
6. Люкези, М. Футбол: анализ тактики атакующих действий / М.Люкези. – М.: ТВТ Дивизион, 2008. – 236 с.
7. Медведева Е.Н., Стрелецкая Ю.В., Андреев А.М., Львова Л.Г., Медведев А.Н., Манойлов А.А. Совершенствование физкультурного образования молодёжи на основе повышения мотивации к занятиям физическими упражнениями: Учеб.метод. пособие.- В.Луки: ВГСХА. 2011-79 с.
8. Мини-футбол: правила игры – М.: Терра-Спорт, 2010. -72 с.
9. Ростова В.А., Ступкина М.О. Оздоровительная аэробика. Уч. пособие. – СПб ГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 2003.
10. Спортивные игры / под ред. Ю.Д.Железняк.- М.:Академия, 2004.- 302 с.
11. Футзал (мини-футбол). Правила игры.- СПб.: Регион, 2006.- 47 с.
12. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец. «ФИТНЕС-ДАНС». Учебное пособие – СПб.: ДЕТСТВО_ПРЕСС, 2007. – 384с., ил.
13. Чернова Е.А. Подвижные игры в системе подготовки баскетболистов: Метод. рекомендации.- М., 2006.- 184 с.
14. Швецова А.Г. Формирование здоровья детей в дошкольных учреждениях.- М.: Владос, 2006.- 174 с.
15. Шевцова И. Йога Айенгара: Практическое пособие для новичка. – СПб.: ИК «Крылов», 2010. – 224с.

16. Бегидова Т.П. Основы адаптивной физической культуры: учеб.пособие / Т.П. Бегидова. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 192 с.
17. Брискин Ю.А. Адаптивный спорт / Ю.А.Брискин, С.П. Евсеев, А.В. Передерий. – М.: Советский спорт, 2010. -316 с.
18. Нормативное правовое обеспечение физической культуры и спорта лиц с ограниченными возможностями здоровья: сб. документов и материалов.- М.: Советский спорт, 2009.- 256 с.
19. Костиков В.В. Пляжный волейбол / В.В.Костиков. –М.: Советский спорт, 2005. – 154 с.
20. Волейбол /под общей ред. А.В. Беляева. М.: ТВТ. Дивизион, 2009. – 359 с.
- Игнатъева В.Я. Гандбол: Учебник / В.Я. Игнатъева, М.: Физическая культура,2008. –384 с.
21. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учеб. для студ.пед.вузов /Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П.Савин. – М.: Академия, 2004. – 400 с.
22. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К.Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2010. – 480 с.
23. Никитин А.А. Организация и содержание учебной работы по дартс в ДЮСШ: учебно-метод.пособие / А.А.Никитин. - СПб.: СПбГАФК, 2005.- 60 с.
24. Барчукова, Г.В. Настольный теннис:Учеб.пособие. М.: Дивизион. 2008.- 188 с.

Электронные образовательные ресурсы

Электронные источники из электронно-библиотечных систем, с правообладателями которых ВЛГАФК заключены договорные отношения:

- электронные библиотеки МГАФК и НГУ им. П.Ф.Лесгафта (в УМК локальной вузовской сети ВЛГАФК).

1. Никитина, Г.В. Спортивная игра дартс: [Электронный ресурс]: программ. материал для внеклассн. занятий в общеобразоват. Учреждениях / Г.В.Никитина; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург.. – СПб., 2005. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК.Загл.с экрана.
2. Заваров, А. Футбол: уроки профессионала для начинающих [Электронный ресурс] /А.Заваров. - СПб.: ПИТЕР, 2010. – 1 эдектон. Опт. Диск (CD-ROM).-Систем.требования: Windows; CD-ROM; мышь.
3. Яхонтов, Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: [Электронный ресурс]: учебно-метод. пособие /Е.Р.Яхонтов; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта.– 2-е изд.перераб. и доп.- СПб.: [б.и.], 2006 – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК.Загл.с экрана.
4. Никитина, Г.В. Спортивная игра дартс: [Электронный ресурс]: программ. материал для внеклассн.занятий в общеобразоват. Учреждениях / Г.В.Никитина; СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб., 2005. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК.Загл.с экрана.
5. Заваров, А. Футбол: уроки профессионала для начинающих [Электронный ресурс] /А.Заваров. - СПб.: ПИТЕР, 2010. – 1 эдектон. Опт. Диск (CD-ROM).- Систем. требования: Windows; CD-ROM; мышь.
6. Луткова, Н.В. Способы оценки эффективности соревновательной деятельности в волейболе: [Электронный ресурс]: учебно- метод.пособие /Н.В.Луткова,Н.В. Дашкевич; Национальный гос. ун-т физ.культуры, спорта издоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. –СПб.: [б.и.], 2009. –. Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК. Загл. с экрана.
7. Бадминтон. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа:Badmintonfans. ru.
8. Баскетбол на колясках. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: fsk – baski. ru.
9. Боулиг. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: bou \ tech. ru.
10. Бочче. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа:Disabi/ity. ru.

11. Волейбол сидя. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: [volley. hoh.kz. mf – volley.ru >sitting](http://volley.hoh.kz.mf-volley.ru/sitting).
12. Голбол. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: [www. Goalball. Ru](http://www.Goalball.Ru).
- Теннис на колясках. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: [kovched – vli. ru > tennis](http://kovched-vli.ru/tennis).
13. Питербаскет. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: [www. Piterbasket. Com](http://www.Piterbasket.Com).
14. Софтбол. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: [baseball by : softbol](http://baseball-by-softbol).
15. Хоккей на полу. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: [lifeinhockey. ru](http://lifeinhockey.ru).
16. Бег за лидером. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: [pchela. ru](http://pchela.ru).
- Всероссийская Универсиада студентов АФК. [Электронный ресурс]. Электр. дан. Режим доступа: [afkonline. ru](http://afkonline.ru).

3.27. Рабочая программа дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры» для направления подготовки 034400 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Профиль подготовки - Адаптивное физическое воспитание

Квалификация (степень) выпускника - бакалавр

Форма обучения - очная

Автор-разработчик: Спирин Валентин Константинович, д.п.н., профессор

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цели и задачи дисциплины:

Целями освоения дисциплины **Теория и организация адаптивной физической культуры** являются освоение студентами основ фундаментальных знаний в области теории и организации адаптивной физической культуры, теоретическая подготовка их к педагогической деятельности в этой области с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и инвалидами.

Задачи дисциплины:

- сформировать у студентов профессиональное мировоззрение, познавательную активность и интерес к проблемам адаптивной физической культуры, основанные на личностно-ориентированной аксиологической концепции отношения к инвалидам и лицам с отклонениями в состоянии здоровья;
- обеспечить освоение студентами основ фундаментальных знаний в области теории и организации адаптивной физической культуры, целостное осмысление профессиональной деятельности, методологических подходов, общих закономерностей данного вида социальной практики;
- сформировать у студентов стремление к самостоятельности и творчеству в процессе обучения, приобщить их к научно-исследовательской работе, обеспечить освоение ими опыта творческой деятельности;
- обеспечить освоение студентами опыта эмоционально-ценностного отношения к будущей профессиональной деятельности и на этой основе сформировать у них убеждение в необходимости высококвалифицированных специалистов по адаптивной физической культуре для действенной и эффективной реализации процессов комплексной реабилитации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья и их социальной интеграции.

Место дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина «Теория и организация адаптивной физической культуры» относится к базовой части профессионального цикла.

Теория и организация адаптивной физической культуры, опираясь на такие дисциплины, как теория и методика физической культуры, педагогика, психология, психология развития, комплексная реабилитация больных и инвалидов, медико-биологические дисциплины (общая патология и тератология, анатомия, физиология и др.), специальная педагогика и психология и др., сама выступает как базисная, фундаментальная система знаний для следующих дисциплин: частные методики адаптивной физической культуры, технологии физкультурно-спортивной деятельности, специальная педагогика, специальная психология, дисциплины профилей подготовки, а так же для производственной практики.

Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

а) общекультурные (ОК)

- **ОК- 5,6,7,9,10,11,13, 17.**

- умеет логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь (ОК – 5);
- готов к взаимодействию с коллегами, работе в коллективе, знает принципы и методы организации управления малыми коллективами (ОК – 6);
- способен находить организационно- управленческие решения вне стандартных ситуаций и готов за них нести ответственность (ОК – 7);
- стремится к саморазвитию , повышению своей квалификации и мастерства (ОК – 9);
- готов критически оценить свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков (ОК – 10);
- осознает социальную значимость своей будущей профессии, обладает высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности (ОК – 11);
- способен анализировать социально- значимые проблемы и процессы (ОК – 13);
- способен работать с информацией в глобальных компьютерных сетях (ОК – 17);

• **ПК – 4,6,7,10,13,16,20,22,23,26,27,30,31,35,36,39,40,41,44,45**

- умеет обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальными знаниями и способами их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделенными видами адаптивной физической культуры (ПК – 4);
- умеет определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК- 6);
- умеет планировать содержание урока, 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- 7);
- умеет изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектива и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий (ПК -10);
- умеет формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья социально значимые потребности, ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию и деятельность, установки, убеждения, позволяющие им самим управлять собой, подчинять самого себя собственной воле (ПК – 13);
- умет формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться (ПК- 16);
- умеет воплощать в жизни задачи развивающего обучения, обеспечивающего оптимальное умственное и физическое развитие человека (ПК -20);
- умеет работать в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления лиц с ограниченными возможностями здоровья (ПК – 22);
- умеет проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций (ПК -23);
- способен обеспечивать условия для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека (ПК -26);
- знает 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 (ПК - 27);
- знает основы эргономики и возможности приспособления (адаптации) внешней среды для реализации основных видов жизнедеятельности человека с отклонениями в состоянии

здоровья (самообслуживание, профессиональная деятельность, культура, спорт, отдых и др.) (ПК -30);

- знает закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту, заболеванию и поражению (ПК- 31);
- знает актуальные проблемы в сфере адаптивной физической культуры (ПК -35);
- способен проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования (ПК -36);
- способен составлять финансовые документы учета и отчетности в сфере адаптивной физической культуры, работать с финансово-хозяйственной документацией (ПК-39);
- способен разрабатывать оперативные планы работы и обеспечивать их реализацию в первичных структурных подразделениях (ПК- 40);
- способен составлять плановую и отчетную документацию, организовывать и проводить массовые физкультурные мероприятия и спортивные соревнования по паралимпийским, сурдлимпийским и специальным олимпийским видам спорта (ПК- 41);
- знает и готов обеспечивать технику безопасности при проведении занятий (ПК -44);
- знает и способен практически использовать документы государственных и общественных органов управления в сфере адаптивной физической культуры (ПК -45).

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать:

- сущность, структуру, функции, принципы, методологические основы адаптивного физического воспитания;
- цели и задачи адаптивной физической культуры и её основных видов, роль и место в системе комплексной реабилитации и социальной интеграции инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- особенности развития и функционирования организма и воспитания личности у людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;
- особенности содержания занятий и методики подбора физических упражнений для лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов различных нозологических групп; показания и противопоказания к занятиям основными видами адаптивной физической культуры;
- особенности обучения двигательным действиям и развития физических качеств, форм построения занятий в разных видах адаптивной физической культуры при проведении занятий с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами различных нозологических групп;
- особенности планирования и контроля в адаптивной физической культуре;
- возможности собственного трудоустройства, профессиональной карьеры, повышения квалификации и научного роста;

Уметь:

- логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь;
- критически оценить свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков;
- обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры;
- определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- изучать с позиции достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в

состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;

- формулировать задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические, оздоровительные, образовательные, воспитательные и др.), подбирать соответствующие средства и методы их решения, регулировать психофизическую нагрузку в процессе занятий;
- разрабатывать современные технологии проведения занятий во всех видах адаптивной физической культуры: адаптивном физическом воспитании, адаптивном спорте, адаптивной двигательной рекреации, физической реабилитации;
- приобщить людей с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов различных нозологических групп к занятиям адаптивной физической культурой, формировать аксиологическую концепцию жизни у данной категории населения с установкой на здоровый образ жизни, максимальную самореализацию в качестве социально и индивидуально значимого субъекта;
- формулировать задачи, подбирать соответствующие средства и методы интеллектуального, эмоционально-волевого, нравственного, эстетического, экологического и других видов воспитания личности лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
- подбирать соответствующие средства и методы социализации лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий адаптивной физической культурой;
- обосновывать проблему, подбирать соответствующие методы исследования, собирать и анализировать научные факты, формулировать выводы.

Владеть:

- культурным мышлением, способностью к общению, анализу, восприятия информации, постановки цели и выбора путей ее достижения
- основными законами естественнонаучных дисциплин в профессиональной деятельности, применением методов математического анализа и моделирования, теоретическим и экспериментальным исследованием:
- отечественным и зарубежным опытом адаптивной физической культуры
- современными средствами, методами, приемами, техническими средствами для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения.
- оценивать состояние занимающихся:
- планированием содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей

Объем дисциплины и виды учебной работы

<i>Виды учебной работы</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Семестры</i>			
				4	5
Аудиторные занятия (всего)	72			36	36
В том числе:	-	-	-	-	-
Лекции	28			14	14
Практические занятия	-			-	-
Семинары	44			22	22
Самостоятельная работа (всего)	72			36	36
В том числе:	-	-	-	-	-
Курсовой проект (работа)					X
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)				экзамен	экзамен
Общая трудоемкость часы 144	144				
зачетные единицы 4	4				

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**Содержание разделов дисциплины**

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование раздела дисциплины</i>	<i>Содержание раздела</i>
4 семестр		
1.	Понятие о адаптивной физической культуре.	Тема 1.1. Специальность адаптивная физическая культура Тема 1.2. Теория и организация адаптивной культуры как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики Тема 1.3. Содержание и особенности деятельности студента и будущего специалиста по адаптивной физической культуре
2.	История адаптивной физической культуры.	Тема 2.1. Становление и развитие адаптивной физической культуры для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата Тема 2.2. История адаптивного воспитания и адаптивного спорта для лиц с поражением интеллекта
3.	Содержание и методические аспекты адаптивной физической культуры.	Тема 3.1. Организация адаптивного физического воспитания лиц с отклонениями в состоянии здоровья Тема 3.2 Принципы и методы адаптивной физической культуры. Тема 3.3 .Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры. Тема 3.4. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.
4.	Задачи, средства, методы и формы организации адаптивной физической культуры	Тема 4.1. Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры Тема 4.2. Методы и формы организации адаптивной физической культуры Тема 4.3. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.
5 семестр		
5.	Адаптивное физическое воспитание.	Тема 5.1. Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания, его ведущих функций и принципов. Тема 5.2. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию. Тема 5.3. Отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей занимающихся
6.	Адаптивная двигательная рекреация	Тема 6.1. Конкретизация цели и задач адаптивной двигательной рекреации, ее ведущих функций и принципов Тема 6.2 Общая характеристика средств адаптивной двигательной рекреации и условий их применения Тема 6.3 Отличительные черты средств и методики некоторых видов адаптивной двигательной рекреации.
7.	Адаптивный спорт	Тема 7.1. Конкретизация цели и задач адаптивного спорта, его ведущих функций и принципов. Классификация направлений развития адаптивного спорта. Модели соревновательной деятельности. Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте. Тема 7.2. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом. Тема 7.3. Паралимпийское движение-основное направление развития адаптивного спорта. Спортивная тренировка – главное звено паралимпийских видов спорта. Тема 7.4. Специальное олимпийское движение как ведущее

		направление развития адаптивного спорта. Тема 7.5. Средства и отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей в адаптивном спорте.
8.	Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные и экстремальные виды двигательной активности	Тема 8.1. Конкретизация цели и задач художественно-музыкальных и экстремальных видов адаптивной физической культуры, их ведущих функций и принципов Тема 8.2. Основные средства и отличительные черты методик экстремальных видов адаптивной физической культуры. Тема 8.3 Основные средства и отличительные черты методики креативных художественно-музыкальных видов адаптивной физической культуры

Разделы дисциплины и междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами

№ п/п	Наименование обеспечиваемых (последующих) дисциплин	№ разделов данной дисциплины, необходимых для изучения обеспечиваемых (последующих) дисциплин							
		1	2	3	4	5	6	7	8
1	Частные методики адаптивной физической культуры	X	X	X	X				
2	Научно-методическая деятельность					X			
3	Адаптация к физическим нагрузкам лиц с ограниченными возможностями				X	X			
4	Адаптивное физическое воспитание детей дошкольного возраста				X				
5	Адаптивное физическое воспитание школьников				X				
6	Адаптивное физическое воспитание студентов					X			
7	Социальная защита инвалидов			X					
8	Правовые основы профессиональной деятельности						X		
9	Материально-техническое обеспечение в адаптивной физической культуре						X		

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Семин .	СРС	Все-го

1.	Раздел 1. Понятие о АФК.	4	4	8	18
	1.1. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры	2	-	2	4
	1.2. Теория и организация адаптивной культуры как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики	-	2	2	4
	1.3. Основные виды адаптивной физической культуры	2		2	6
	1.4. Характеристика объекта педагогических воздействий в адаптивной физической культуре	-	2	2	4
2.	Раздел 2. История адаптивной физической культуры	2		8	12
	2.1. Становление и развитие адаптивной физической культуры для инвалидов и лицам с отклонениями в состоянии здоровья	2	-	8	12
3.	Раздел 3. Методологические аспекты адаптивной физической культуры.	4	4	12	18
	3.1 Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья	2	-	4	6
	3.2. Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры	-		2	4
	3.3. Опорные концепции методологии адаптивной физической культуры	-	2	4	4
	3.4. Функции и принципы адаптивной физической культуры	2	2	2	4
4.	Раздел 4. Задачи, средства, методы и формы организации адаптивной физической культуры	4	4	10	20
	4.1. Педагогические задачи и средства адаптивной физической культуры	2		4	8
	4.2. Методы и формы организации адаптивной физической культуры	-	2	2	4
	4.3 Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.	2	2	4	8
5.	Раздел 5. Адаптивное физическое воспитание	4	6	8	12
	5.1. Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания, его ведущих функций и принципов	2	2	2	6
	5.2. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию	2	2	2	6
	5.3. Отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей занимающихся	-	2	4	6

6.	Раздел 6. Адаптивная двигательная рекреация	4	4	6	12
	6.1. Конкретизация цели и задач адаптивной двигательной рекреации, ее ведущих функций и принципов	2	2	2	4
	6.2. Общая характеристика средств адаптивной двигательной рекреации и условий их применения		-	2	4
	6.3. Отличительные черты средств и методики некоторых видов адаптивной двигательной рекреации	2	2	2	4
7.	Раздел 7. Адаптивный спорт	10	8	18	34
	7.1. Конкретизация целей и задач адаптивного спорта, его ведущих функций и принципов. Классификация направлений развития адаптивного спорта. Модели соревновательной деятельности. Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте	2	2	4	6
	7.2. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом	2	2	4	8
	7.3. Паралимпийское движение–основное направление развития адаптивного спорта. Спортивная тренировка–главное звено паралимпийских видов спорта	2	2	4	8
	7.4. Специальное олимпийское движение как ведущее направление развития адаптивного спорта	2		4	6
	7.5. Средства и отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических качеств и способностей в адаптивном спорте	2	4	2	6
8.	Раздел 8. Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные и экстремальные виды двигательной активности	2	4	6	14
	8.1. Конкретизация цели и задач креативных телесно-ориентированных и экстремальных видов адаптивной физической культуры, их ведущих функций и принципов	2	2	2	6
	8.2. Основные средства и отличительные черты методики креативных художественно-музыкальных видов адаптивной физической культуры	-	2	4	4
	8.3. Основные средства и отличительные черты методики экстремальных видов адаптивной физической культуры		2	2	4
	ИТОГО	34	34	76	144

Материально-техническое обеспечение дисциплины:

Для обеспечения дисциплины «Теория и организация адаптивной физической культуры» не требуется особого материально-технического обеспечения. Необходима специализированная проветриваемая аудитория с качественной акустикой и подвижной мебелью (перемещение ее при необходимости), оснащённая мультимедийными средствами.

Методические рекомендации для студентов:

Курс состоит из трех частей и восьми разделов. Материал частей дисциплины преподается студентам в четвертом и пятом семестрах. Промежуточный контроль осуществляется в форме экзаменов.

В первой части «ВВЕДЕНИЕ В ДИСЦИПЛИНУ. ИСТОРИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ» изложены сведения по двум разделам:

Раздел 1. Введение в дисциплину

Раздел 2. История адаптивной физической культуры

Во второй части «СОДЕРЖАНИЕ И МЕТОДИКИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ», состоящей из одного раздела, изложен материал о задачах, средствах, методах и формах организации адаптивной физической культуры

Большое внимание в этой части уделено обоснованию опорных концепций методологии адаптивной физической культуры, ее медико-биологическим и социально-психологическим аспектам и, в частности, гуманистической психологии. Излагается характеристика функций и принципов адаптивной физической культуры. При изучении материала данного раздела необходимо более тщательно ознакомиться со сведениями, представленными в источниках дополнительной литературы.

Изучение материалов, изложенных во второй части, предполагает освоение студентами предыдущего материала по дисциплине, а также разделов дисциплин Федерального государственного образовательного стандарта, в которых рассматриваются проблемы обучения, развития качеств и способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов), конкретизирующие необходимые для этого средства, методы, формы организации деятельности занимающихся. К таким дисциплинам относятся: теория и методика физической культуры, психология развития, биомеханика, специальная педагогика и специальная психология.

Третья часть «ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ» включает в себя четыре раздела:

Раздел 1. Адаптивное физическое воспитание

Раздел 2. Адаптивная двигательная рекреация

Раздел 3. Адаптивный спорт

Раздел 4. Креативные (художественно-музыкальные) и экстремальные виды двигательной активности.

Каждая тема завершается контрольными вопросами и заданиями для самопроверки усвоенных знаний. Без их тщательной проработки нецелесообразно приступать к изучению последующего материала.

При самостоятельной работе необходимо в дополнение к учебнику изучить содержание приведенных в нем источников дополнительной литературы, а также материалов, публикуемых в периодическом журнале «Адаптивная физическая культура» и придерживаться следующим рекомендациям:

- 1. Изучение дисциплины необходимо начинать с ознакомления со структурой программы, краткого содержания частей, разделов и тем.

- 2. Начинать изучение материала по темам, необходимо с ознакомления с соответствующими вопросами, раскрывающими их содержание в последовательности указанной в учебнике и учебных пособиях, перечень которых указаны в списке основной литературы рабочей программы в разделе «Учебно-методическое обеспечение курса».

3. При изучении темы, прежде всего, необходимо выделить основные понятия, которые в ней рассматриваются, определить их соотношение друг с другом как общего и единичного, целого и части.

4. Далее целесообразно приступить к изучению содержания темы по материалам основной литературы.

5. Завершать изучение темы рекомендуется изучением материалов представленных в дополнительной литературе.

6. Для самоконтроля после завершения изучения раздела целесообразно ответить на вопросы и выполнить задания, предлагаемые в конце каждой темы.

- Студенты в пятом семестре защищают курсовой проект (работу) выбор и утверждение темы которой осуществляется в четвертом семестре.

Примерная тематика контрольных работ

1. Становление и развитие АФК.
2. История адаптивного спорта.
3. История адаптивного физического воспитания.
4. Паралимпийское движение в мировой практике. Спортсмены России в мировом спортивном движении инвалидов.
5. Международный спортивный комитет глухих. Его деятельность, руководящие должности, функции и т.д.
6. Всероссийское общество глухих. Его деятельность, руководящие должности, функции и т.д.
7. Виды спорта входящие в программу летних Сурдлимпийских игр.
8. Виды спорта входящие в программу зимних Сурдлимпийских игр.
9. К.К. Грот. Его вклад в развитие физического воспитания слепых детей.
10. П.Ф. Лесгафт. Его позиция в вопросе о физическом образовании слепых.
11. Выдающиеся российские незрячие спортсмены.

• Примерная тематика рефератов

1. Педагогические функции адаптивной физической культуры.
2. Социальные функции адаптивной физической культуры.
3. Общесметодические принципы адаптивной физической культуры.
4. Специальнометодические принципы адаптивной физической культуры.
5. Социальные принципы адаптивной физической культуры.
6. Задачи адаптивной физической культуры.
7. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.
8. Развитие физических качеств и способностей, занимающихся в адаптивной физической культуре.
9. Средства адаптивной физической культуры. Характеристика основных групп.
10. Методы, адаптивной физической культуры, используемые в комплексной реабилитации.
11. Методы социализации и оптимизации коммуникативной деятельности в адаптивной физической культуре.
12. Методы обучения двигательным действиям в адаптивной физической культуре.
13. Методы развития физических качеств и способностей. Особенности применения в адаптивной физической культуре.
14. Сходство и различия процессов обучения в различных видах адаптивной физической культуры.
15. Основное требование к процессу обучения в адаптивной физической культуре.
16. Основные теоретические концепции “безошибочного” обучения.
17. Структура процесса формирования двигательных действий с заданным результатом.
18. Классификация приемов физической помощи и страховки занимающихся.

19. Особенности формирования ориентировочной основы двигательного действия и сенсорно-перцептивного обучения у инвалидов различных нозологических групп.
20. Классификация тренажеров, применяемых для обучения физическим упражнениям в адаптивной физической культуре.
21. Основные закономерности развития физических качеств и способностей.
22. Педагогические принципы развития физических способностей.
23. Две стратегических линии развития физических способностей - “укрепление слабого звена” и “навстречу природе”. Их использование в различных видах адаптивной физической культуры.
24. Физическая нагрузка и отдых - структурные основы развития и совершенствования индивидуальных физических способностей инвалида.
25. Развитие и совершенствование силовых способностей у инвалидов различных нозологических групп.
26. Развитие и совершенствование скоростных способностей у инвалидов различных нозологических групп.
27. Развитие и совершенствование координационных способностей у инвалидов различных нозологических групп.
28. Развитие и совершенствование выносливости у инвалидов различных нозологических групп.
29. Развитие и совершенствование гибкости у инвалидов различных нозологических групп.
30. Индивидуальная программа реабилитации инвалидов - основная предпосылка планирования в адаптивной физической культуре.
31. Виды планирования в адаптивной физической культуре (перспективное, этапное, текущее).
32. Особенности текущего, этапного и циклового контроля в адаптивной физической культуре.
33. Жизненно и профессионально важные умения и навыки - основные целевые объекты моторного обучения и средства адаптивного физического воспитания.
34. Тандотерапия как средство и метод адаптивного физического воспитания.
35. Формирование и совершенствование мелкой моторики - важный компонент содержания адаптивного физического воспитания.

Пример вопросов по промежуточному контролю – экзамену:

1. Адаптивная физическая культура в системе высшего среднего профессионального образования.
2. Возможности интеграции основной образовательной программы по адаптивной физической культуре с программами по другим направлениям и специальностям высшей и средней школы.
3. Перечислите основные отличия адаптивной физической культуры от физической культуры, медицины, валеологии, профилактической медицины и других отраслей знания и практической деятельности человека.
4. Проиллюстрируйте пространство проблем адаптивной физической культуры с помощью декартовой системы координат.
5. Охарактеризуйте понятия “культура”, “физическая культура”, “адаптивная физическая культура”, “реабилитация”, “социализация”, “образ жизни”, “социальная интеграция”.
6. Аксиологические концепции отношения к лицам с устойчивыми отклонениями в состоянии здоровья – “инвалидизма”, “социальной полезности инвалидов”, “личностно-ориентированная”.
7. Раскройте концепцию журнала “Адаптивная физическая культура”.
8. Цель и основные задачи адаптивной физической культуры.

9. Коррекционные задачи – основные задачи адаптивной физической культуры. Возможности коррекции сенсорных систем, интеллекта, функций опорно-двигательного аппарата, внутренних органов, речи с помощью физических упражнений.
10. Задачи компенсации функций пораженного органа или деятельности какой-либо системы. Их решение в адаптивной физической культуре.
11. Профилактика сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений средствами и методами адаптивной физической культуры.
12. Особенности образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в адаптивной физической культуре.
13. Дайте краткую характеристику основным видам адаптивной физической культуры (адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, адаптивная физическая реабилитация).
14. Отличительные особенности художественно-музыкальных видов адаптивной физической культуры.
15. Экстремальные виды адаптивной физической культуры. Потребности человека, которые они удовлетворяют.
16. Классификация инвалидов по тяжести дефекта и нозологическим группам.
17. Типичные нарушения двигательной сферы лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
18. Индивидуальная образовательная “траектория” студента факультета адаптивной физической культуры.
19. Требования к личностным качествам и к квалификации педагога – специалиста по адаптивной физической культуре.
20. Становление и развитие адаптивной физической культуры за рубежом. Основные этапы.
21. Становление и развитие адаптивной физической культуры в нашей стране. Основные этапы.
22. Спортсмены России в мировом спортивном движении инвалидов.
23. Организационно-управленческая структура адаптивной физической культуры в России и за рубежом. Государственные и общественные организации.
24. Организация адаптивного физического воспитания в России.
25. Организация адаптивного спорта в России.
26. Организация адаптивной двигательной рекреации в России. Международный опыт.
27. Организация физической реабилитации в России.
28. Адаптивная физическая культура – составная часть комплексной реабилитации.
29. Основные теории социализации (ролевая, критическая, теория коммуникации и др.).
30. Адаптивная физическая культура в социальной интеграции и повышении уровня качества жизни инвалидов.
31. Всестороннее воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры.
32. Умственное (интеллектуальное) воспитание на занятиях по адаптивной физической культуре.
33. Нравственное воспитание на занятиях по адаптивной физической культуре.
34. Эстетическое воспитание на занятиях по адаптивной физической культуре.
35. Экологическое воспитание и адаптивная физическая культура.
36. Общебиологические закономерности жизнедеятельности человека – как методологический фундамент адаптивной физической культуры.
37. Гуманистическая психология и социально-психологические закономерности жизнедеятельности человека как методологическая основа адаптивной физической культуры.

3.28. Рабочая программа дисциплины **«Частные методики адаптивной физической культуры»** основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* – адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника – бакалавр

Форма обучения **очная**

Автор-разработчик:

Рудомёткина Галина Николаевна, старший преподаватель

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Учебная дисциплина «Частные методики адаптивной физической культуры» ставит своей целью ознакомление студентов с организацией, структурой, содержанием, современными технологиями и передовой практикой воспитательной, физкультурно-оздоровительной работы с инвалидами разных нозологических групп, а также формирование необходимых знаний, умений, интереса к педагогической профессии как гуманистической миссии. У современного бакалавра адаптивной физической культуры в процессе обучения должна быть сформирована высокая психологическая готовность к работе с данными категориями населения.

Задачи дисциплины

Ознакомить студентов с организацией, структурой, содержанием, передовыми технологиями физкультурно-оздоровительной, лечебно-восстановительной работы с инвалидами разных нозологических групп в образовательных (коррекционных) школах и интернатах, лечебных, реабилитационных центрах, спортивных клубах и других организациях.

Изучить теорию и организацию адаптивной физической культуры, дисциплин медико-биологических и психолого-педагогических циклов, признаки нормального и аномального развития организма и личности, особенности двигательных и психических нарушений разных нозологических групп инвалидов для овладения необходимыми знаниями для прохождения учебной практики.

Сформировать у студентов положительную мотивацию, интерес к педагогической деятельности, гуманное отношение к личности каждого человека с ограниченными возможностями, убеждение в ценности всех видов и форм адаптивной физической культуры в системе комплексной реабилитации.

Воспитать у бакалавров адаптивной физической культуры творческое отношение к педагогической деятельности при решении коррекционных, профилактических, лечебно-восстановительных задач, при подборе адекватных средств, методов, методических приемов, форм организации, регулировании физической нагрузки и психоэмоционального статуса инвалидов.

Место дисциплины в структуре вариативной части профессионального образования

Учебная дисциплина «Частные методики адаптивной физической культуры» относится к базовой части профессионального цикла, является дисциплиной профессионально-педагогической подготовки студентов к практической деятельности. Ее содержание многопрофильно, так как изучает методику адаптивной физической культуры разных нозологических групп инвалидов: с нарушением зрения, слуха, интеллекта, поражением опорно-двигательного аппарата (детский церебральный паралич, поражение функций спинного мозга, ампутация и недоразвитие конечностей). В связи с многообразием нозологических групп инвалидов, их широкого возрастного диапазона, начальным этапом использования частных методик адаптивной физической культуры в реабилитации является дошкольный и школьный возраст как наиболее пластичный для процессов перестройки функций организма, что должно

способствовать улучшению состояния здоровья, качества жизни, социализации и интеграции в общество людей с ограниченными возможностями.

Многоплановость информации, необходимой для профессиональной деятельности будущих бакалавров адаптивной физической культуры, требует разносторонней, теоретической подготовки студентов в области общепрофильных дисциплин (анатомии, физиологии, биомеханики, теории физической культуры, педагогики, психологии), дисциплин медико-биологического цикла (общей патологии и тератологии, частной патологии, врачебного контроля, комплексной и физической реабилитации больных и инвалидов) и дисциплин психолого-педагогического цикла (психологии болезни и инвалидности, возрастной психопатологии и психоконсультирования, специальной психологии и педагогики).

Для соблюдения структурного единства теории и практической направленности учебной дисциплины ее содержание предваряется в материалах лекций очень кратким экскурсом в вопросы медико-физиологических и психологических особенностей изучаемых групп инвалидов.

На курс «Частные методики адаптивной физической культуры», изучаемый в V-VII семестрах, в учебном плане отводится 360 часов. Аудиторных занятий 162 часа, из них: лекционных – 44 и практических – 118. Самостоятельная работа занимает 198 часов. Форма итогового контроля – экзамены в V и VII семестрах.

На лекциях сообщаются только основные теоретические знания в систематизированном виде, разъясняются наиболее трудные вопросы. Практические занятия проводятся в виде уроков в тренажерных залах и плавательном бассейне. Для учебно-ознакомительной практики используются базы: плавательный бассейн ВЛГАФК, коррекционная школа VIII типа, лечебные учреждения города, реабилитационные центры, ГБУЗ «Детский санаторий «Великолукский», в которых занятия проводят специалисты этих центров.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-8, ПК-1, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-6, ПК-7, ПК-8, ПК-11, ПК-13, ПК-16, ПК-17, ПК-18, ПК-19, ПК-20, ПК-21, ПК-22, ПК-23, ПК-25, ПК-26, ПК-27, ПК-28, ПК-29, ПК-30, ПК-31, ПК-32, ПК-33, ПК-35, ПК-38, ПК-43, ПК-44.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- анатоμο-физиологическую характеристику патологии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, классификацию нарушений по степени тяжести и времени получения дефекта;
- показания и противопоказания к занятиям отдельными видами физических упражнений;
- особенности дизонтогенеза в двигательной и психической сферах, типичные и специфические нарушения физического развития, двигательных и координационных способностей;
- состав и классификацию средств, направленных на решение коррекционных, компенсаторных, профилактических, лечебно-восстановительных задач;
- методы и методические приемы обучения двигательным действиям и развития физических и координационных способностей, воспитания и самовоспитания занимающихся, особенности организации и взаимодействия в группе, регулирования психофизического состояния на занятиях;
- особенности методики, организации и построения занятий в различных видах и формах адаптивной физической культуры: адаптивном физическом воспитании, адаптивной физической рекреации, коррекционных занятиях, реабилитационных лечебно-восстановительных занятиях;
- межпредметные связи для коррекции двигательных и психических нарушений, активизации познавательной деятельности занимающихся.

уметь:

- понимать, принимать, приобщать детей-инвалидов к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни, помогать реализации их потенциальных возможностей;
- формулировать задачи (образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие, компенсаторные, профилактические, лечебно-восстановительные);
- подбирать доступные средства, методы, методические приемы, организационные формы занятий;
- регулировать физическую и психоэмоциональную нагрузку в процессе занятий;
- подбирать и самостоятельно проводить подвижные игры коррекционной направленности;
- осуществлять коррекцию и компенсацию вторичные нарушений в движениях, соматическом развитии, физических и координационных способностях, сенсорных системах, вегетативных функциях;
- организовывать и участвовать в проведении праздников, развлечений, спортивных соревнований в качестве волонтеров, помощников, судей;
- сотрудничать с педагогами, воспитателями, врачами, дефектологами, родителями детей-инвалидов;
- правильно интерпретировать результаты медико-психолого-педагогической диагностики;
- проводить врачебно-педагогические наблюдения, хронометрирование, пульсометрию, тестирование, анализировать деятельность учителя и занимающихся;

овладеть:

- методиками адаптивного физического воспитания инвалидов разных нозологических групп;
- методами создания психологического комфорта для занимающихся во время проведения занятий;
- методами врачебно-педагогического контроля для определения текущего функционального состояния занимающихся и правильной их интерпретации;
- приемами помощи и страховки занимающихся при проведении занятий;
- навыками оказания первой доврачебной помощи пострадавшим во время занятий;
- методами просветительской деятельности в работе с родителями детей-инвалидов;
- методами организации и проведения поисково-исследовательской работы, обобщения и анализа полученных результатов.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебных занятий:

- для проведения лекционных занятий – специально оборудованная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком;
- для проведения практических занятий –оборудованный мини-спортивный зал с тренажерами, инвалидная коляска, костыли, системы для вертикализации позы, мягкий гамак, ходунки, мячи разного размера (теннисные с пупырышками, мягкие, фитболы разного размера, валики, ленты различных цветов, обручи, кегли, поролоновые матрасики, гимнастическая скамейка, шведская стенка, гантели различного веса, инвентарь для развития мелкой моторики рук;
- специальный инвентарь для занятий гидрокинезотерапией (имеется в плавательном бассейне ВЛГАФК);
- массажная дорожка для ног;
- аппарат «педальки» для формирования чувства равновесия;
- аппарат «конус» для тренировки вестибулярного аппарата;
- шагательный тренажер;

- тренажер «беговая дорожка».

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Части и разделы дисциплины

Дисциплина «Частные методики адаптивной физической культуры содержит части и разделы:

Часть I. Введение в дисциплину «Частные методики адаптивной физической культуры».

Раздел 1. Базовые концепции частных методик адаптивной физической культуры.

Часть II. Методика адаптивной физической культуры детей разных нозологических групп.

Раздел 2. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением слуха.

Раздел 3. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением зрения.

Раздел 4. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушениями речи.

Раздел 5. Методика адаптивной физической культуры детей с умственной отсталостью.

Раздел 6. Методика адаптивной физической культуры детей с детским церебральным параличом.

Раздел 7. Особенности работы с родителями детей-инвалидов.

Часть III. Адаптивная физическая культура в геронтологии.

Раздел 8. Методика адаптивной физической культуры в геронтологии.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

Для студентов третьего курса, V семестр

1. Цели и задачи дисциплины «Частные методики адаптивной физической культуры».
2. Адаптивная физическая культура в системе образовательных (коррекционных) учреждений. Задачи и формы адаптивного физического воспитания.
3. Структура и содержание государственных программ по физической культуре в системе образовательных (коррекционных) учреждений. Специфика комплектования учебных классов (групп) в коррекционных школах I-VIII вида.
4. Медико-физиологические и психологические предпосылки построения частных методик АФК.
5. Типичные нарушения двигательной сферы детей разных нозологических групп. Факторы, влияющие на развитие двигательной сферы детей с нарушениями в развитии.
6. Коррекционно-развивающее направление в методике адаптивной физической культуры, общие и специфические задачи в процессе адаптивного физического воспитания детей.
7. Основные педагогические принципы работы с детьми, имеющими нарушения в развитии.
8. Формы организации адаптивной физической культуры детей.
9. Какие знания нужны бакалавру адаптивной физической культуры для работы с детьми-инвалидами.
10. Что означает принцип дифференциации и индивидуализации в работе с детьми-инвалидами.
11. Причины стойких нарушений слуха у детей.
12. Связь слухового и вестибулярного анализатора и ее роль в обеспечении функции равновесия.
13. Какие психофизические и двигательные особенности характерны для слабослышащих детей.
14. Координационные нарушения двигательной деятельности глухих детей.
15. Роль компенсаторных механизмов в развитии глухих детей.
16. Методические приемы для активизации речевой и познавательной деятельности глухих детей.
17. Какие методические приемы применяются для комплексного развития физических качеств глухих детей.

18. Методические приемы коррекции и развития произвольного внимания, двигательной памяти глухих детей средствами физической культуры.
19. Характеристика зрительных функций и причины зрительных дисфункций у детей.
20. Психическое развитие детей с депривацией зрения. Особенности внимания, память, мышление, восприятие окружающей среды.
21. Физическое развитие и вторичные отклонения в физическом развитии детей с депривацией зрения.
22. Коррекционная направленность адаптивного физического воспитания детей с нарушением зрения.
23. Методы и методические приемы обучения, коррекции и развития детей с депривацией зрения.
24. Использование и развитие сохранных анализаторов в адаптивном физическом воспитании детей с депривацией зрения.
25. Причины нарушения речи у детей.
26. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушением речи.
27. Различия между обычным и речевым дыханием.
28. Особенности методики развития функции внешнего дыхания у детей с нарушением речи.
29. Взаимосвязь функции руки и речи. Чем обусловлена необходимость развития тонкой моторики пальцев у детей с нарушением речи.
30. Методика релаксации детей с речевыми нарушениями на занятиях физическими упражнениями.
31. Какие речевые функции нарушены у детей с заиканием.
32. Понятие о логопедической коррекции и ее использование в процессе адаптивного физического воспитания детей с заиканием.

Для студентов третьего курса, VI семестр

1. Понятие об умственной отсталости, ее причины и степени.
2. Особенности психического развития детей с умственной отсталостью.
3. Особенности физического развития детей с умственной отсталостью. Двигательные нарушения.
4. Особенности обучения двигательным действиям и развития координационных способностей детей с умственной отсталостью.
5. Методические приемы коррекции нарушения техники ходьбы и бега умственно отсталого ребенка.
6. В чем состоит необходимость развития мелкой моторики рук для умственно отсталого ребенка.
7. Приемы коррекции вторичных нарушений: осанки и телосложения у умственно отсталых детей.
8. Роль подвижных игр для детей с умственной отсталостью.
9. Методические требования к организации и проведению подвижных игр с умственно отсталыми детьми.
10. В чем заключается дополнительное физкультурно-спортивное образование для учащихся с легкой степенью умственной отсталости.
11. Понятие о детском церебральном параличе (ДЦП). Классификация ДЦП.
12. Сопутствующие заболевания и вторичные нарушения. Речевые и психические отклонения при ДЦП.
13. Двигательные нарушения при ДЦП. Формирование патологических поз под влиянием познотонических рефлексов.
14. Понятие о реакции равновесия и ее роль в становлении вертикальной позы ребенка.
15. Какие упражнения помогают формировать выпрямительные рефлексy.
16. Средства АФК для освоения сидения, стояния, ходьбы.

17. Методика занятий иппотерапией при ДЦП, ее задачи. Показания и противопоказания к занятиям.
18. Методика занятий лечебным плаванием (гидрокинезотерапией). Показания и противопоказания.
19. Оценка эффективности занятий АФК при ДЦП,
20. Сущность воспитания в семье ребенка с ограниченными возможностями.
21. Какие патологические реакции наблюдаются у родителей детей-инвалидов.
22. Что такое метод наблюдения и чем он может помочь родителям ребенка-инвалида при организации жизни и занятий адаптивной физической культурой в семье.
23. Роль матери в семье, воспитывающей ребенка-инвалида.
24. Для чего нужен организованный летний отдых семей, воспитывающих инвалидов с детства.
25. Что могут сделать родители для улучшения физического развития ребенка-инвалида.
26. Формы теоретического и практического обучения родителей детей-инвалидов для коррекции их состояния.

Для студентов четвертого курса, VII семестр

1. Основные задачи геронтологии.
2. Биоактивация и геропротекция. Их значение в продлении активного периода жизни человека.
3. Типология старения. Классификация степени постарения населения.
4. Феномен долгожительства. Факторы долголетия. Рациональный образ жизни – преграда на пути преждевременного старения.
5. Анатомо-физиологические изменения различных систем организма при старении: сердечно-сосудистой, дыхательной, мочеобразующих органов, щитовидной железы, опорно-двигательного аппарата.
6. Инволюция двигательных способностей у лиц пожилого возраста.
7. Организация, цели, задачи адаптивной физической культуры для лиц пожилого возраста.
8. Роль бакалавра АФК в обслуживании пожилых людей.
9. Основы построения оздоровительной тренировки для людей пожилого возраста. Противопоказания к занятиям.
10. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе занятий АФК лиц пожилого возраста. Дневник самоконтроля.
11. Методы оценки функционального состояния различных систем организма пожилых людей при занятиях АФК: сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной, опорно-двигательного аппарата.
12. Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями с лицами пожилого возраста.
13. Средства оздоровительной физической культуры для пожилых людей. Проблема их выбора.
14. Особенности методики занятий АФК с женщинами пожилого возраста.
15. Особенности методики занятий АФК пожилых людей с избыточной массой тела.
16. Пальцевые методы оздоровления пожилых людей.
17. Релаксация как средство оздоровления пожилых людей.

Примерная тематика рефератов

Для студентов третьего курса, V семестр

1. Типичные нарушения двигательной сферы у детей разных нозологических групп. Факторы, влияющие на развитие двигательной сферы детей с нарушениями в развитии.
2. Основные педагогические принципы работы с детьми, имеющими нарушения в развитии.
3. Формы организации адаптивной физической культуры детей.

4. Связь слухового и вестибулярного анализатора и ее роль в обеспечении функции равновесия.
5. Роль компенсаторных механизмов в развитии детей с нарушением слуха: внимания, двигательной и зрительной памяти, наглядно-образного мышления.
6. Методические приемы для комплексного развития физических качеств детей с нарушением слуха.
7. Психическое развитие детей с депривацией зрения. Особенности внимания, памяти, мышления, восприятия окружающей среды.
8. Коррекционная направленность адаптивного физического воспитания детей с нарушением зрения.
9. Использование и развитие сохранных анализаторов в адаптивном физическом воспитании детей с нарушениями зрения.
10. Методы обучения детей с депривацией зрения для выполнения бытовых действий.
11. Особенности организации и проведения подвижных игр с незрячими и слабовидящими детьми.
12. Причины нарушения речи у детей.
13. Взаимосвязь функции руки и речи и использование ее для выбора коррекционных упражнений для детей с речевыми нарушениями.
14. Методика релаксации детей с речевыми нарушениями.
15. Логопедическая коррекция речи детей с заиканием и учет этого фактора при выборе методик физического воспитания детей.

Для студентов третьего курса, VI семестр

1. Понятие об умственной отсталости детей, ее причины и степени.
2. Особенности психического и физического развития детей с умственной отсталостью.
3. Методические приемы коррекции нарушения техники ходьбы и бега умственно отсталого ребенка.
4. Приемы коррекции вторичных нарушений: осанки и телосложения умственно отсталых детей.
5. Методические требования к организации и проведению подвижных игр с умственно отсталыми детьми.
6. Понятие о детском церебральном параличе (ДЦП). Классификация ДЦП.
7. Сопутствующие заболевания и вторичные нарушения при ДЦП.
8. Формирование патологических поз у детей под влиянием познотонических рефлексов.
9. Понятие о реакции равновесия и ее роль в становлении вертикальной позы ребенка.
10. Гидрокинезотерапия как средство стимуляции опорных и подавления патологических тонических рефлексов. Механизм воздействия.
11. Сущность воспитания в семье ребенка с ограниченными возможностями.
12. Формы теоретического и практического обучения родителей для коррекции физического и психического состояния детей-инвалидов в домашних условиях.

Для студентов четвертого курса, VII семестр

1. Значение биоактивации и геропрофилактики для продления активного периода жизни пожилого человека.
2. Феномен долгожительства. Рациональный образ жизни – преграда на пути преждевременного старения.
3. Анатомо-физиологические изменения различных систем организма при старении.
4. Инволюция двигательных способностей у лиц пожилого возраста.
5. Организация, цели, задачи адаптивной физической культуры для лиц пожилого возраста.
6. Основы построения оздоровительной тренировки для людей пожилого возраста. Противопоказания к занятиям.

7. Методы оценки функционального состояния различных систем организма пожилых людей при занятиях АФК.
8. Проблема выбора средств АФК для пожилых людей.
9. Особенности методики занятий АФК с женщинами пожилого возраста.
10. Особенности методики занятий АФК пожилых людей с избыточной массой тела.
11. Адаптивная физическая культура при остеопорозе.
12. Оценка физического состояния людей пожилого возраста. Содержание дневника самоконтроля занимающихся АФК.
13. Отличительные особенности методики занятий АФК с лицами пожилого возраста.
14. Использование тренажеров при организации занятий АФК с пожилыми людьми. Профилактика травматизма.
15. Релаксация как средство оздоровления пожилых людей.
16. Элементы саморегуляции состояния пожилых людей для снятия физического напряжения: пальчиковая гимнастика, дыхательные упражнения, элементы медитации.

Примерный перечень вопросов к экзаменам

Для студентов третьего курса, V семестр

1. Адаптивная физическая культура в системе образовательных (коррекционных) учреждений. Задачи и формы адаптивного физического воспитания.
2. Структура и содержание государственных программ по физической культуре в системе образовательных (коррекционных) учреждений. Специфика комплектования учебных классов (групп) в коррекционных школах I-VIII вида.
3. Типичные нарушения двигательной сферы детей разных нозологических групп. Факторы, влияющие на развитие двигательной сферы детей с нарушениями в развитии.
4. Коррекционно-развивающее направление в методике адаптивной физической культуры, общие и специфические задачи в процессе адаптивного физического воспитания детей-инвалидов.
5. Принцип дифференциации и индивидуализации в работе с детьми-инвалидами. Особенности возрастного развития детей-инвалидов.
6. Принцип компенсаторной направленности педагогических воздействий.
7. Принципы адекватности, оптимальности и вариативности педагогических воздействий в работе с детьми-инвалидами.
8. Роль микросоциума для воспитания, развития и образования детей-инвалидов.
9. Причины и классификация нарушений слуха.
10. Особенности глухих от рождения и позднооглохших детей. Разница между глухотой и тугоухостью.
11. Психофизические и двигательные особенности у детей с нарушением слуха. Координационные нарушения двигательной деятельности глухих детей.
12. Методические приемы обучения двигательным действиям глухих и слабослышащих школьников. Методы коррекции двигательных нарушений.
13. Методические особенности обучения плаванию слабослышащих детей. Подвижные игры, которые применяют при занятиях гидрокинезотерапией.
14. Методические приемы, применяемые для активизации речевой и познавательной деятельности глухих детей.
15. Компенсаторные механизмы в развитии глухих детей.
16. Особенности развития и коррекции физических качеств (силы, быстроты, выносливости, скоростно-силовых качеств, гибкости) у детей со слуховой депривацией.
17. Методические приемы коррекции и развития у детей произвольного внимания, двигательной памяти средствами физических упражнений.
18. Причины и классификации нарушений зрения.
19. Особенности психического и физического развития, физической подготовленности, состояния сохранных функций незрячих и слабовидящих детей.

20. Методы и методические приемы обучения двигательным действиям незрячих и слабовидящих школьников.
21. Использование сохранных анализаторов при формировании навыков пространственной ориентации детей с нарушениями зрения (остаточное зрение, обоняние, слух, осязание).
22. Особенности развития и коррекции физических качеств (силы, быстроты, выносливости, скоростно-силовых качеств, гибкости) у детей со зрительной депривацией.
23. Особенности развития и коррекции координационных способностей: точности, дифференцировки усилий, времени и пространства, быстроты реакции, равновесия, мелкой моторики, расслабления, симметричности и ритмичности движений у детей со зрительной депривацией.
24. Противопоказания при регулировании физической нагрузки детей школьного возраста с нарушением зрения. Противопоказания к отдельным видам физических упражнений, связанные с нарушением зрения.
25. Обеспечение безопасности на занятиях физическими упражнениями незрячих и слабовидящих детей.
26. Общие и основные задачи занятий ритмической гимнастикой у детей со зрительной депривацией.
27. Особенности коррекционной направленности подвижных игр для детей с депривацией зрения.
28. Особенности обучения незрячих детей плаванию.
29. Методика организации рекреативных занятий в режиме учебного дня детей с нарушением зрения.
30. Коррекция и профилактика нарушений зрения.
31. Причины и классификации нарушений речи.
32. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями речи.
33. Особенности физического развития и двигательных способностей детей с нарушениями речи.
34. Особенности дыхания при речевых нарушениях.
35. Дыхательная гимнастика для школьников с нарушениями речи.
36. Коррекция и развитие мелкой моторики рук у младших школьников с нарушениями речи.
37. Игры и игровые упражнения на занятиях детей с речевыми нарушениями.
38. Коррекционная программа развития базовых координационных способностей младших школьников с нарушениями речи.
39. Комплексы упражнений на релаксацию состоящие из оздоровительных и коррекционных программ.
40. Основные принципы логопедической работы с детьми с заиканием.
41. Внеурочные формы занятий физическими упражнениями с детьми с речевыми нарушениями.
42. Подготовка к обучению в школе ребенка с речевыми нарушениями.

Для студентов четвертого курса, VII семестр

1. Причины возникновения нарушений интеллектуального развития у детей.
2. Формы умственной отсталости (по МКБ-10): легкая, умеренная, тяжелая, глубокая. Сочетанные дефекты.
3. Соотношение биологических и социальных факторов в психическом развитии умственно отсталых детей.
4. Состояние сохранных функций, соматического здоровья у умственно отсталых детей.
5. Физическое развитие и двигательные способности детей с умственной отсталостью.
6. Общие и специальные задачи адаптивного физического воспитания детей с нарушениями интеллектуального развития.

7. Средства адаптивной физической культуры детей с умственной отсталостью.
8. Метод формирования знаний у детей с умственной отсталостью.
9. Основные направления коррекции двигательных и психических нарушений детей с нарушениями интеллектуального развития.
10. Коррекция основных движений (бега, ходьбы, прыжков, мелкой моторики и др.)
11. Коррекция и развитие физических качеств (силовых, скоростных, выносливости, гибкости и др.) и координационных способностей (согласованности движений, ориентировки в пространстве, равновесия, расслабления, ритмичности) детей с умственной отсталостью.
12. Коррекция и профилактика соматических нарушений: осанки, плоскостопия, телосложения, дыхания и др. у детей с умственной отсталостью.
13. Коррекционно-развивающие подвижные игры для детей с умственной отсталостью.
14. Социализация детей с нарушениями интеллекта средствами адаптивного спорта (на примере Специального Олимпийского движения).
15. Общая характеристика заболевания ДЦП.
16. Классификация основных форм ДЦП.
17. Двигательные нарушения, психические, речевые расстройства, состояние сенсорных систем детей с ДЦП.
18. Коррекция двигательных нарушений детей с ДЦП.
19. Коррекция, профилактика и развитие сенсорных систем (зрительной, слуховой и др.).
20. Особенности адаптивного физического воспитания детей с ДЦП в доречевом и раннем возрасте (от 0 до 3 лет).
21. Особенности адаптивного физического воспитания детей с ДЦП в дошкольном возрасте (от 3 до 7 лет).
22. Особенности адаптивного физического воспитания детей с ДЦП в школьном возрасте (старше 7 лет).
23. Оценка эффективности коррекции двигательных нарушений при ДЦП диагностическими тестами.
24. Характеристика семьи, воспитывающей ребенка-инвалида.
25. Роль матери в семье. Роль отца в воспитании ребенка с ограниченными возможностями.
26. Формы теоретического и практического обучения родителей для коррекции физического и психического состояния детей-инвалидов в домашних условиях.
27. Биоактивация и геропротекция. Их значение в продлении активного периода жизни человека.
28. Феномен долгожительства. Рациональный образ жизни – преграда на пути преждевременного старения.
29. Организация, цели, задачи АФК для лиц пожилого возраста.
30. Инволюция двигательных способностей у лиц пожилого возраста.
31. Основы построения оздоровительной тренировки для людей пожилого возраста. Противопоказания к занятиям.
32. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе занятий АФК лиц пожилого возраста. Дневник самоконтроля.
33. Методы оценки функционального состояния различных систем организма при занятиях АФК: сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной, опорно-двигательного аппарата.
34. Средства АФК для пожилых людей. Проблема их выбора.
35. Пальцевые методы оздоровления пожилых людей.
36. Релаксация как средство оздоровления пожилых людей.
37. Особенности методики занятий АФК с женщинами пожилого возраста.
38. Особенности методики занятий АФК пожилых людей с избыточной массой тела.
39. Профилактика травматизма при занятиях АФК с лицами пожилого возраста.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
1.	Часть I. Введение в дисциплину «Частные методики адаптивной физической культуры»				
	Раздел 1. Базовые концепции частных методик адаптивной физической культуры				
	Тема 1.1 Введение. Цели и задачи дисциплины.	2	2		
	Тема 1.2 Предпосылки построения частных методик адаптивной физической культуры	6	2	2	2
	Тема 1.3 Методология частных методик адаптивной физической культуры	8	2	2	4
2.	Часть II. Методология адаптивной физической культуры детей разных нозологических групп				
	Раздел 2. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением слуха				
	Тема 2.1. Этиология и патогенез нарушений слуха. Характеристика детей с нарушением слуха	6	2		4
	Тема 2.2. Методика занятий адаптивной физической культурой детей с депривацией слуха	40	2	16	22
3.	Раздел 3. Методика адаптивной физической культуры детей с депривацией зрения				
	Тема 3.1. Этиология и патогенез депривации зрения. Характеристика детей с депривацией зрения	6	2		4
	Тема 3.2. Методика занятий адаптивной физической культурой с детьми с депривацией зрения	38	2	16	20
4.	Раздел 4. Методика адаптивной физической культуры детей с нарушением речи				
	Тема 4.1 Этиология и патогенез нарушений речи. Классификация речевых нарушений	6	2		4
	Тема 4.2. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями речи.	18	2	6	10

	Физическое развитие и двигательные способности детей				
	Тема 4.3. Методика адаптивного физического воспитания детей с нарушениями речи в коррекционных школах V типа	22	2	8	12
	Всего в V семестре:	152	20	50	82
5.	Раздел 5. Методика адаптивной физической культуры детей с умственной отсталостью.				
	Тема 5.1. Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика детей с умственной отсталостью	6	2		4
	Тема 5.2. Методика адаптивного воспитания детей с отклонениями в интеллектуальном развитии	18	2	8	8
	Тема 5.3. Коррекция основных нарушений у детей с умственной отсталостью	20	2	8	10
6.	Раздел 6. Методика адаптивной физкультуры детей с детским церебральным параличом (ДЦП)				
	Тема 6.1. Этиология и патогенез ДЦП. Классификация ДЦП.	6	2		4
	Тема 6.2. Двигательная реабилитация детей с ДЦП	24	2	10	12
	Тема 6.3. Адаптивное физическое воспитание детей с ДЦП	20	2	8	10
7.	Раздел 7. Особенности работы с родителями детей-инвалидов				
	Тема 7.1. Особенности воспитания в семье детей с ограниченными возможностями	6		2	4
	Тема 7.2. Методы и формы обучения родителей детей с ограниченными возможностями организации работы по адаптивному физическому воспитанию детей в семье	6		2	4
	Тема 7.3. Участие семьи в развитии двигательной активности детей. Формы работы и используемые средства	4		2	2
		110	12	40	58

Всего в VI семестре:					
8.	Часть III. Адаптивная физическая культура в геронтологии				
	Раздел 8. Методология адаптивной физической культуры людей пожилого возраста				
	Тема 8.1. Цели, задачи, направленность и роль занятий АФК с лицами старшего и пожилого возраста	8	2	2	4
	Тема 8.2. Формы организации занятий АФК с лицами старшего и пожилого возраста	16	2	4	10
	Тема 8.3. Медико-физиологическая и психологическая характеристика лиц пожилого возраста. Противопоказания к занятиям АФК в геронтологии	10	2	2	6
	Тема 8.4. Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях АФК	14	2	4	8
	Тема 8.5. Средства АФК, используемые для лиц пожилого возраста	26	2	8	16
	Тема 8.6. Релаксация и пальцевые методы как средство оздоровления пожилых людей	24	2	8	14
Всего в VII семестре:		98	12	28	58
Итого на курс:		360	44	118	198

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Дисциплина изучается с V по VII семестры. Итоговый контроль проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты. Пятый семестр завершается экзаменом по разделам 1-4, седьмой семестр – по разделам 5-8.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Ладыгина, Е.Б. Частные методики адаптивной физической культуры для лиц пожилого и старшего возраста: учебно-метод. пособие / Е.Б. Ладыгина, О.Э. Евсеева, А.В. Антонова. - СПб.: НГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2010. - 125 с.
2. Евсеева, О.Э. Адаптивная физическая культура в геронтологии: учеб. пособие / О.Э. Евсеева, Е.Б. Ладыгина, А.В. Антонова. - М.: Советский спорт, 2010. - 164 с.
3. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / ред. Л.В. Шапкова. - М.: Советский спорт, 2009. - 608 с.

4. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / ред. Л.В. Шапкина. - М.: Советский спорт, 2007. - 608 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Цицкишвили, Н.И. Частные методики адаптивной физической культуры: учеб. программа для студ., обучающихся по специальности 032102 "Адапт. физ. культура" / Н.И. Цицкишвили, А.С. Чубуков. - Малаховка, 2008. - 19 с.
2. Грец, Г.Н. Физическая реабилитация лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов на основе применения средств физической культуры и специализированных тренажерных устройств: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Г.Н. Грец. - Смоленск, 2008. - 45 с.
3. Толмачев, Р.А. Адаптивная физическая культура и реабилитация слепых и слабовидящих / Р.А. Толмачев. - М.: Советский спорт, 2004. - 108 с.
4. Частные методики адаптивной физической культуры: учеб. пособие / ред. Л.В. Шапкина. - М.: Советский спорт, 2004. - 464 с.
5. Веневцев, С.И. Адаптивный спорт для лиц с нарушениями интеллекта: метод. пособие / С.И. Веневцев. - 2-е изд., доп. и испр. - М.: Советский спорт, 2004. - 96 с.
6. Частные методики адаптивной физической культуры: пример. программа дисциплины / ред. Л.В. Шапкина. - М.: РИО РГУФК, 2004. - 24 с.

3.29. Рабочая программа дисциплины «Общая патология и тератология» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Ланская Ольга Владимировна, к.б.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основная цель дисциплины «Общая патология и тератология» - ознакомить будущих бакалавров по адаптивной физической культуре с причинами, механизмами и основными закономерностями возникновения заболеваний и врожденных пороков развития органов и систем, а также компенсаторными, защитными возможностями организма человека в условиях патологии.

Задачи дисциплины

- изучить влияние наследственности, конституции, возраста на развитие заболеваний;
- познакомить с современными данными об аллергии и стрессе;
- изучить значение реактивности и иммунитета в патологии;
- познакомить с различными нарушениями обмена веществ, кровообращения и дыхания;
- изучить подробную информацию о врожденной и наследственной патологии.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Общая патология и тератология» относится к базовой части профессионального учебного цикла Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебная дисциплина «Общая патология и тератология» изучается на втором курсе при очной форме обучения.

Учебная работа (72 часа) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий являются лекции и практические занятия. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях должна быть обеспечена возможность овладения студентами практическими навыками учебно-исследовательской работы, оценки состояния здоровья, подбора средств по профилактике заболеваний различных органов и систем. Внеаудиторная работа (40 часов) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-11, ОК-13, ПК-3, ПК-17, ПК-20, ПК-27, ПК-31.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- этиологию и патогенез основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием, сопутствующих основному дефекту заболеваний и поражений;
- закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека;
- компенсаторные возможности оставшихся после болезни или травмы функций организма человека;
- морфофункциональные, социально-психологические особенности занимающихся, в том числе лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм, возрастных и гендерных групп;

уметь:

- осуществлять простейшие приемы психотерапии по профилактике и (или) устранению психологических комплексов болезни и инвалидности;
- воплощать в жизнь задачи развивающего обучения, обеспечивающего оптимальное умственное и физическое развитие человека;
- проводить профилактику негативных социальных явлений, формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни;

овладеть:

- методами и приемами применения физических факторов воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций, развития оставшихся функций, предупреждения прогрессирования основного заболевания;
- основными способами, предупреждающими появление и (или) прогрессирование сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, провоцируемых основным дефектом;
- способами обеспечения условий для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Общая патология и тератология» содержит разделы:

Раздел 1. Основные положения патологической физиологии

Раздел 2. Основы тератологии

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Анатомо-физиологические особенности детского, зрелого и пожилого возраста.
2. Теории старения.
3. Аллергические заболевания человека (поллиноз, крапивница, отек Квинке, анафилактический шок, сывороточная болезнь, лекарственная аллергия).
4. Реактивность организма и иммунитет (общая характеристика реактивности; понятие о резистентности, ее взаимосвязь с реактивностью; основные функции иммунной системы; виды иммунитета).
5. Формы шока: первичный гиповолемический, травматический, кардиогенный, септический, анафилактический, ожоговый.
6. Клинические проявления и классификации стадий комы: легкая кома; умеренная кома; глубокая кома; крайне глубокая кома, запредельная, терминальная.
7. Нарушения энергетического обмена веществ.
8. Витаминно-минеральный обмен и его нарушения.
9. Принципы нормализации регуляции внешнего дыхания при дыхательной недостаточности.
10. Классификация ВПР по распространенности в организме.
11. Классификация ВПР в зависимости от воздействия вредных факторов.
12. Классификация ВПР по анатомо-физиологическому признаку.
13. Критические периоды» внутриутробного развития.
14. Этиопатогенез ВПР ЦНС.
15. Этиология и клиническая картина ВПР ССС.
16. Эмбриогенез и пороки развития органов пищеварения.
17. Пороки развития органов дыхания.
18. Эмбриогенез и пороки развития мочеполовой системы.
19. Изолированные и системные пороки развития скелета и мышечной системы.
20. ВПР эндокринных желез.

Перечень вопросов к зачету

1. Определение понятия «болезнь». Ее основные признаки.

2. Классификация, формы и стадии 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. Классификация типов конституции. Связь типов конституции с болезнями.
10. Значение возраста в возникновении и развитии болезней.
11. Определение понятия «аллергия». Классификация аллергенов.
12. Общий патогенез аллергических реакций (основные стадии).
13. Краткая характеристика поллиноза и крапивницы.
14. Краткая характеристика отека Квинке и анафилактического шока.
15. Механизм проявления лекарственной аллергии.
16. Определение понятия «стресс». Основные причины возникновения стресса.
17. Характеристика стадий стресса.
18. Определение понятия «шок». Основные формы шока.
19. Кома и стадии комы.
20. Нарушения белкового обмена.
21. Основные нарушения углеводного и липидного обмена.
22. Водно-электролитный обмен и его нарушения.
23. Расстройства функций со стороны щитовидной железы.
24. Понятие и предмет тератологии. Понятие «врожденный порок развития», привести примеры нарушения развития, относящиеся к ВПР.
25. ВПР лица и шеи.
26. ВПР органов чувств.
27. ВПР органов пищеварения.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Название разделов и тем	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятель ная работа
			Лекции	Практиче ские занятия	
Раздел 1. Основные положения патологической физиологии		50	12	14	24
Второй	Тема 1.1. Общее учение о болезни	4	2	-	2
Второй	• Тема 1.2. Роль наследственности, конституции и возраста в патологии	16	2	6	8
Второй	• Тема 1.3. Основные понятия и этиология аллергических реакций	8	2	2	4
Второй	Тема 1.4. Стресс как общий адаптационный синдром. Шок. Кома	8	2	2	4
Второй	Тема 1.5. Нарушения обмена веществ и эндокринные расстройства	6	2	2	2
Второй	Тема 1.6.Нарушение кровообращения. Гипоксия	8	2	2	4
Раздел 2. Основы тератологии		22	2	4	16
Второй	Тема 2.1. Понятие и предмет тератологии. Классификации, этиология и патогенез врожденных пороков развития (ВПР). ВПР органов и систем организма	22	2	4	16
	Итого:	72	14	18	40

Ф
О
Р
М
А
И
Т
О
Г
О
В
О
Г
О
К
О
Н
Т

РОЛЯ

Курс обучения на втором курсе во втором семестре завершается зачетом. Итоговый контроль (зачет) проводится в форме ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА**1. Рекомендуемая литература (основная)**

1. Колосова, Е. Г. Общая патология и тератология [+Электронный ресурс] / А. В. Горлов, О. И. Тихомиров, Е. Г. Колосова. - Оренбург: ОГПУ, 2008. Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/238284?cldren=0>. – Заглав. с экрана.
2. Ходасевич, Л.С. Сборник тестовых заданий по курсу общей патологии и тератологии / Л.С. Ходасевич, С.М. Рябцев. - М. : Физкультура и спорт, 2006. - 95 с.
3. Ходасевич, Л.С. Конспект лекций по курсу общей патологии и тератологии : курс лекций / Л.С. Ходасевич. - М. : Физическая культура, 2005. – 240 с.
4. Граевская, Н.Д., Долматова, Т.И. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия. В 2-х частях. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – 360 с.
5. Жук, И.А. Общая патология и тератология : Учеб. пособие / И.А. Жук, Е.В. Карякина. - М. : Академия, 2003. - 172 с.
6. Макарова, Г.А. Спортивная медицина: Учебник. – М.: Советский спорт, 2003. – 480 с.
7. Дудина, Е.А. Основы общей патологии : Учеб. пособие / Е.А. Дудина, С.М. Куфтерин. - Чайковский : ЧГИФК, 2003. - 59с.

2. Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Ланская, О.В. Частная патология мочевыделительной системы [+Электронный ресурс] : учеб. пособие / О.В. Ланская. - Великие Луки, 2011. – 80 с.

2. Картавцева, А.И. Комплексная программа адаптивного физического воспитания незлышащих детей в дошкольных образовательных учреждениях : учеб. пособие / А.И. Картавцева, О.Э. Евсеева. - М. : Советский спорт, 2011. - 156 с.
 3. Неретина Т.Г. Специальная педагогика и коррекционная психология. - Учебно-методический комплекс - Москва: Флинта, 2010. - 376 с.
 4. Павлов С.Е. Физиологические основы подготовки квалифицированных спортсменов. Учебное пособие по курсу дисциплины «Спортивная медицина» для студентов ВУЗов физической культуры, обучающихся по специальности 032101 «Физическая культура и спорт» - Малаховка: МГАФК, 2010.- 88 с.
 5. Вайнер Э.Н. Лечебная физическая культура. Учебник - Москва: Флинта, 2009.- 424 с.
- Андриянова, Е.Ю. Вопросы общей и спортивной фармакологии [+электрон. ресурс] : учеб. пособие / Е.Ю. Андриянова, Великолукская гос. акад. физ. культуры и спорта. - Великие Луки, 2009. - 101 с.

3.30. Рабочая программа дисциплины «Частная патология» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик:

Ланская Ольга Владимировна, к.б.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основная цель дисциплины «Частная патология» - ознакомить будущих бакалавров по адаптивной физической культуре с причинами, механизмами и основными закономерностями возникновения у различного контингента лиц (нетренированных, квалифицированных спортсменов) заболеваний органов и систем, а также с профилактическими мерами по их предупреждению.

Задачи дисциплины

- вооружить бакалавров адаптивной физической культуры рядом необходимых теоретических знаний и практических навыков, связанных с пониманием причин, условий возникновения и особенностей протекания заболеваний, в частности, мочевыделительной, пищеварительной систем, а также болезней, возникающих в результате нарушений обмена веществ;
- ознакомление студентов с основными сведениями об этиологии, патогенезе, клинических проявлениях и профилактике изучаемых заболеваний, возникающих также и у спортсменов;
- ознакомить бакалавров с определённым объёмом современных знаний о причинах, способствующих возникновению и/или усугублению патологических изменений систем и органов на фоне нерациональных занятий спортом;
- ознакомить студентов с медицинскими критериями отбора и спортивной ориентации, вопросами допуска к занятиям спортом и соревнованиям;
- разъяснить студентам основные аспекты медицинского обеспечения тренировок, соревнований и сборов, врачебно-педагогических наблюдений.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Частная патология» относится к базовой части профессионального учебного цикла Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебная дисциплина «Частная патология» изучается на третьем курсе при очной форме обучения.

Учебная работа (72 часа) проводится в виде аудиторных (36 часов, из них 10 – лекционных и 26 - практических) и внеаудиторных (36 часов) занятий. Форма итогового контроля – зачет в шестом семестре. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях должна быть обеспечена возможность овладения студентами практическими навыками учебно-исследовательской работы, оценки состояния здоровья, подбора средств по профилактике заболеваний различных органов и систем. Внеаудиторная работа предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-11, ОК-13, ПК-3, ПК-18, ПК-21, ПК-27, ПК-31.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- о наиболее важных причинах возникновения заболеваний и патологических состояний, а также должен правильно дифференцировать эти причины, ассоциированные со спортивной деятельностью и не связанные с таковой;
- вопросы этиологии, патогенеза, клинической картины заболеваний, как наиболее актуальных для занимающихся спортом, так и не ассоциированных со спортом;
- закономерности развития вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием, сопутствующих основному дефекту заболеваний и поражений;
- закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека;

уметь:

- проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания;
- развивать оставшиеся после болезни функции организма человека с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате того или иного заболевания;
- проводить профилактику негативных социальных явлений, формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни;

овладеть:

- основными способами, предупреждающими появление и (или) прогрессирование основного заболевания и вторичных отклонений, провоцируемых основным дефектом;
- способами обеспечения условий для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебного процесса:

- для проведения лекционных и практических занятий - специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов);
- для проведения практических занятий – бумажные носители (бланки клинического анализа мочевого осадка у квалифицированных спортсменов, нетренированных лиц, а также пациентов с заболеваниями со стороны мочевыделительной, пищеварительной и других функциональных систем);
- для проведения практических занятий – аппаратно-программный комплекс «НС-ПсихоТест» (с использованием ряда методик для оценки состояния больных с различными формами патологии, а также применяемых в области охраны здоровья и профилактики различных заболеваний).

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Частная патология» содержит разделы:

Раздел 1. Система мочевого выделения. Заболевания почек и мочевыделительной системы.

Раздел 2. Система пищеварения. Заболевания системы пищеварения.

Раздел 3. Обмен веществ. Болезни нарушений обмена веществ.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Мочевыделительная система. Анатомо-физиологический очерк.
2. Физиологические изменения почек и мочевыделительной системы под влиянием физических нагрузок. Характер изменения мочи у спортсменов после физических нагрузок у спортсменов-профессионалов различных видов спорта.
3. Диффузный гломерулонефрит у спортсменов.
4. Физические свойства мочи (количество, цвет, прозрачность, удельный вес, реакция).
5. Химические свойства мочи (белок, сахар, ацетон в моче, желчные пигменты, гемоглобин).
6. Пищеварительная система. Анатомо-физиологический очерк.
7. Язвенные поражения желудочно-кишечного тракта у спортсменов.

8. Гельминтозы. Классы гельминтов. Профилактика гельминтозов.
9. Дисбактериоз кишечника у спортсменов. Профилактика дисбактериоза кишечника.
10. Обмен веществ. Основные функции обмена веществ.
11. Гормональные функции отдельных желез внутренней секреции. Значение и место гормонов в регуляции обмена веществ.
12. Обмен белков, жиров, углеводов, воды и минеральных веществ (значение, кругооборот в организме).

Перечень вопросов к зачету

1. Основные методы обследования системы мочевого выделения.
2. Отдельные синдромы при заболеваниях системы мочевого выделения.
3. Физиологические изменения почек и мочевыделительной системы под влиянием физических нагрузок.
4. Диффузный гломерулонефрит (острый, хронический, очаговый) (этиология, патогенез, клиническая картина, возможные осложнения и профилактика заболевания).
5. Пиелонефрит (острый, хронический).
6. Мочекаменная болезнь.
7. Нефроптоз.
8. Обследование системы пищеварения.
9. Отдельные синдромы при заболеваниях системы пищеварения (диспепсический синдром; синдром острого живота; абдоминалгический синдром; синдром недостаточности кишечного всасывания).
10. Гастрит (острый, хронический).
11. Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки.
12. Хронический колит.
13. Синдром раздраженного толстого кишечника.
14. Дисбактериоз кишечника.
15. Дискинезия желчных путей.
16. Холецистит (острый, хронический).
17. Печеночно-бiliary синдром.
18. Гепатит (острый, хронический).
19. Аппендицит.
20. Сахарный диабет.
21. Ожирение.
22. Алиментарная дистрофия.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Название разделов и тем	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятель ная работа
			Лекции	Практиче ские занятия	
Раздел 1. Система мочевого выделения. Заболевания почек и мочевыделительной системы		28	4	8	16
Третий	Тема 1.1. Система мочевого выделения. Отдельные синдромы при заболеваниях системы мочевого выделения	8	2	2	4
Третий	• Тема 1.2. Заболевания почек и мочевыделительной системы	20	2	6	12
Раздел 2. Система пищеварения. Заболевания системы пищеварения		30	4	10	16
Третий	Тема 2.1. Система пищеварения. Отдельные синдромы при заболеваниях системы пищеварения	8	2	2	4
Третий	Тема 2.2. Заболевания системы пищеварения	22	2	8	12

Раздел 3. Обмен веществ. Болезни нарушений обмена веществ	14	2	8	4
Итого:	72	10	26	36

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на третьем курсе в шестом семестре завершается зачетом. Итоговый контроль (зачет) проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Ланская, О.В. Частная патология мочевыделительной системы [+Электронный ресурс] : учеб. пособие / О.В. Ланская. - Великие Луки, 2011. – 80 с.
2. Андриянова, Е.Ю. Вопросы общей и спортивной фармакологии [+электрон. ресурс] : учеб. пособие / Е.Ю. Андриянова, Великолукская гос. акад. физ. культуры и спорта. - Великие Луки, 2009. - 101 с.
3. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: Курс лекций и практические занятия. Учебное пособие в 2-х частях. – М.: Советский спорт, 2004.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Швеллнус, М. Олимпийское руководство по спортивной медицине: пер. с англ.- М.:Практика, 2011. – 672 с.
2. Кулиненко, О.С. Фармакология спорта в таблицах и схемах / О.С. Кулиненко. - М.: Советский спорт, 2011. - 192 с.
3. Павлов, С.Е. Физиологические основы подготовки квалифицированных спортсменов [Электронный ресурс]: учебное пособие по курсу дисциплины «Спортивная медицина» для студентов ВУЗов физической культуры, обучающихся по специальности 032101 «Физическая культура и спорт» - Малаховка: МГАФК, 2010. - 88 с. Режим доступа: <http://www.iqlib.ru>. - Загл. с экрана.
4. Якименко, С.Н. Использование физических средств восстановления в соревновательном периоде подготовки спортсменов: монография. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2006. – 228 с.

3.31. Рабочая программа дисциплины «Специальная психология» основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями здоровья» (АФК) *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание
 степень (квалификация) выпускника - бакалавр
 Форма обучения очная
 Автор-разработчик: Пупырева Олеся Юрьевна, преподаватель-стажер

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основной целью дисциплины является: формирование у студентов системы научных знаний по проблемам психологического развития лиц с ограниченными возможностями (аномалиями); об особенностях познавательной деятельности, эмоционально-волевой сферы и личности детей с нарушениями общего развития; о проблемах их обучения и воспитания; о принципах организации и комплектования коррекционно-образовательных учреждений для детей дошкольного, школьного возраста и взрослых.

Задачи дисциплины

В ходе изучения данной дисциплины решаются задачи по ознакомлению с основными категориями специальной психологии; по осуществлению психологического анализа деятельности субъектов при нарушениях зрения, слуха, интеллекта и т.д.; классификации основных и специфических закономерностей формирования и проявления психических процессов, состояний, свойств у аномальных детей; по ознакомлению с категориальным аппаратом специальной психологии (дефект, аномалия, развитие, компенсация); по построению педагогического взаимодействия с учетом потенциальных возможностей развития аномального ребенка.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Специальная психология» относится к базовой части профессионального цикла.

Содержание дисциплины «Специальная психология» позволяет интегрировать сведения, полученные в ходе лекционных и семинарских занятий по психологии, психологии развития, психологии болезни и инвалидности.

Специфика данной дисциплины обусловлена тем, что содержание курса опирается на основные закономерности психического развития нормально развивающегося ребенка, которые являются методологическими при определении общих закономерностей отклоняющегося развития.

Учебная работа (108 часов) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий (54 часа) являются лекции и семинарские занятия. Лекции обеспечивают должный уровень теоретической и методологической подготовки будущих бакалавров. Организация и методика проведения семинарских и практических занятий строится с учетом реализации возможности формирования у студентов практических умений и навыков по применению полученных знаний.

Внеаудиторная работа (54 часа) предполагает самостоятельное изучение некоторых вопросов дисциплины, рефлексия знаний и умений, полученных на лекционных и практических занятиях.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-6, ОК-16, ПК-3, ПК-4, ПК-13, ПК-14, ПК-17, ПК-19.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- общие, специфические (при разных типах нарушений) закономерности и индивидуальные особенности психического и психофизиологического развития;
- причины возникновения врожденных и приобретенных аномалий;;

- теоретические аспекты профилактики и коррекции отклонений от нормы развития у детей с врожденными и приобретенными дефектами сенсорной и интеллектуальной сфер;

уметь:

- определить соотношение первичного дефекта и вторичных отклонений;
- выявлять индивидуальные особенности развития психических расстройств, обобщать документальные материалы;
- применять методы и приемы организации детей, имеющих различные типы нарушенного развития, с целью решения ими образовательно-воспитательных задач;

овладеть:

- основами дифференциальной диагностики;
- способами организации совместной и индивидуальной деятельности детей с разными типами нарушенного развития в соответствии с их возрастными, сенсорными и интеллектуальными особенностями;
- практическими методами коррекции, методами и приемам психологического воздействия на познавательные процессы, мотивационно-личностную сферу учащихся с отклонениями в развитии.

Материально-техническое обеспечение

Реализация учебной дисциплины «Специальная психология» осуществляется с использованием материально-технической базы, обеспечивающей проведение всех видов учебных занятий обучающихся, предусмотренных данным учебно-методическим комплексом:

- аудитории, оборудованные мультимедийными средствами обучения;
- современное техническое обеспечение, в частности ноутбук, проектор, настенный экран, и современные компьютерные программы (Power Point);
- помещения для проведения психологических тренингов и групповых занятий;
- психодиагностические методики (методика «Прогрессивные матрицы Равена» (детский вариант), «Оценочная шкала раннего детского аутизма», «Шкала оценки поведения ребенка», методика «Произвольное владение речью», методика диагностики речевых нарушений школьников Т.А. Фотековой, Т.В. Атухтиной).
- библиотечный фонд ВУЗа, представленный учебниками, учебными пособиями, методическими разработками.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Специальная психология» содержит разделы:

Раздел 1. Общие вопросы специальной психологии.

Раздел 2. Психическое развитие при дизонтогенезах различного типа.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы.

1. Изучение смежных дисциплин коррекционной педагогики и специальной психологии.
2. Междисциплинарные связи специальной психологии и коррекционной педагогики.
3. Факторы отклоняющегося развития ребенка.
4. Подбор и обоснование диагностических методик для детей с интеллектуальными нарушениями.
5. Специфика социального развития при ЗПР.
6. Специфика работы психолого-медико-педагогического консилиума: его цели, назначение, оптимальный алгоритм проведения.
7. Дифференциальная диагностика разграничения тяжелых речевых нарушений от сходных по внешним проявлениям состояний.
8. Подбор и обоснование диагностических методик для детей с речевыми нарушениями.
9. Психологическая реабилитация лиц с нарушениями зрения.
10. Проверка возможностей слухового восприятия речи.
11. Особенности психолого-педагогической коррекции отклонений при ДЦП.
12. Формирование деятельности у детей с ДЦП.

13. Общие методологические вопросы профилактики и коррекции.

14. Психолого-педагогические методы профилактики и коррекции вторичных отклонений.

15. Методы опосредованной коррекции и профилактики личностного недоразвития в дошкольном возрасте.

Примерная тематика рефератов

1. Основные направления работы с родителями в системе коррекционно- воспитательной работы с аутичными детьми.
2. «Холдинг- терапия» в работе с аутичными детьми.
3. Профилактика отклоняющегося поведения.
4. Возрастные особенности суицидального поведения.
5. Предмет и задачи психологии детей со сложными нарушениями развития.
6. Причины сложных нарушений развития.
7. Подходы к классификации детей со сложными нарушениями развития.
8. Особенности развития познавательной сферы у детей со сложными нарушениями в развитии.
9. Особенности личности и эмоционально-волевой сферы детей с комбинированным дефектом. Особенности деятельности.
10. Психологическая диагностика и коррекция при сложных нарушениях развития.
11. Задачи психолого-педагогического сопровождения развития ребенка со сложным дефектом.
12. Образование детей со сложными нарушениями в развитии.

Перечень вопросов к экзамену

1. Объект, предмет, цель и задачи специальной психологии.
2. Категории специальной психологии.
3. Принципы и методы специальной психологии.
4. История становления и направления специальной психологии.
5. Междисциплинарные связи специальной психологии.
6. Проблема нормы и отклонения в развитии человека.
7. Критерии нормы по В.И. Ушакову.
8. Понятие дефекта: первичный, вторичный и комбинированный. Причины психических нарушений.
9. Классификации нарушений развития.
10. Понятие и классификация психического дизонтогенеза (В.В.Лебединский).
11. Типы психического дизонтогенеза.
12. Структура психологической помощи детям с проблемами в развитии.
13. Психологическое консультирование и его основные задачи.
14. Психологическая коррекция в системе психологической помощи детям с проблемами в развитии.
15. Психологическая поддержка в системе психологической помощи детям с проблемами в развитии.
16. Психологическое сопровождение детей и подростков с нарушениями в развитии.
17. Понятие «умственная отсталость», ее причины.
18. Клинические формы умственной отсталости.
19. Степени умственной отсталости.
20. Особенности психической деятельности при интеллектуальной недостаточности.
21. Понятие и варианты ЗПР.
22. Особенности психики детей с ЗПР.
23. Обучение и воспитание детей с ЗПР.
24. Предмет, задачи логопедии.
25. Причины речевых нарушений.
26. Этапы развития речи ребенка (А.В. Леонтьев).
27. Клиническая классификация речевых нарушений.
28. Психолого – педагогическая классификация речевых нарушений.
29. Особенности развития детей с нарушениями речи.

30. Психокоррекционная и профилактическая работа с детьми, имеющими речевые нарушения.
31. Система специальных учреждений для детей с нарушениями речи.
32. Понятие, задачи, методы судропсихологии.
33. Причины нарушений слуха, характеристика детей, имеющих нарушения слуховой функции.
34. Классификации нарушений слуховой функции.
35. Обучение слабослышащих.
36. Психологическая диагностика и коррекция при нарушениях слуховой функции у детей.
37. Понятие, задачи, методы тифлопсихологии.
38. Причины и классификация зрительных нарушений.
39. Психологическая характеристика детей с нарушениями зрения.
40. Образование детей с нарушениями зрения.
41. Общая характеристика РДА: понятие, причины, проявления.
42. Классификация РДА О.С. Никольской.
43. Психологические особенности аутичного ребенка.
44. Типы раннего детского аутизма.
45. Диагностика РДА.
46. Коррекционно – педагогическая помощь при аутизме.
47. Характеристика и причины двигательных нарушений.
48. Структура двигательного дефекта при ДЦП.
49. Формы детского церебрального паралича.
50. Психологическая характеристика детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
51. Система специальной помощи детям с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
52. Понятие, причины и группы сложных нарушений развития.
53. Психолого-педагогическое сопровождение ребенка со сложными нарушениями развития.
54. Психолого-педагогические основы развития и образования лиц со сложным дефектом развития.
55. Медико-социально-педагогический патронаж.
56. Дошкольное образование детей с ограниченными возможностями.
57. Школьная система специального образования.
58. Система профессионального образования лиц с отклонениями в развитии.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучени я	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостояте льная работа
			Лекци и	Практически е занятия	
Раздел 1. Общие вопросы специальной психологии					
Третий	Введение в специальную психологию	8	2	2	4
Третий	Представление о нормальном и отклоняющемся развитии	14	4	4	6
Раздел 2. Психическое развитие при дизонтогениях различного типа					
Третий	Основные направления психологической помощи детям с нарушениями в развитии	8	2	2	4

Третий	Психология умственно отсталого ребенка	12	4	4	4
Третий	Психология детей со слабо выраженными отклонениями в психическом развитии	10	2	2	6
Третий	Психология детей с нарушениями речи	10	2	2	6
Третий	Особенности психического развития детей с сенсорными нарушениями	8	2	2	4
Третий	Психология детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата	8	2	2	4
Третий	Психология детей с синдромом раннего детского аутизма	8	2	2	4
Третий	Понятие о сложном нарушении развития	10	2	2	6
Третий	Современная система специальных образовательных услуг	12	2	4	6
Итого:		108	26	28	54

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

По окончании обучения студенты сдают экзамен. Экзамен проводится на третьем курсе в шестом семестре в форме устных ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Психолого-педагогическая диагностика развития лиц с ограниченными возможностями здоровья: учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / ред. И.Ю. Левченко, С.Д. Забрамная. - 6-е изд., перераб. и доп. - М.: Академия, 2011. - 336 с. - (Бакалавриат).
2. Специальная психология: учебник для студ. вузов / В.И. Лубовский, В.Г. Петрова, Т.В. Розанова. - 6-е изд., испр. и доп. - М.: Академия, 2009. - 560 с. - (Высш. проф. образование).
3. Ульenkova, У.В. Организация и содержание специальной психологической помощи детям с проблемами в развитии: учеб. пособие для студ. вузов / У.В. Ульenkova, О.В. Лебедева. - 4-е изд., стер. - М.: Академия, 2008. - 176 с.+ прил.: с.155-174. - (Высш. проф. образование).

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Астапов, В.М. Психология детей с нарушениями и отклонениями психического развития: хрестоматия / В.М. Астапов, Ю.В. Микадзе. - 2-е изд. - СПб.: ПИТЕР, 2008. - 384 с.: ил. - (Хрестоматия).
2. Лебединский, В.В. Нарушение психического развития в детском возрасте: учеб. пособие для студ. психол. фак. вузов / В.В. Лебединский. - 2-е изд., испр. - М.: Академия, 2004. - 144 с. - (Высш. проф. образование).
3. Назарова, Н.М. Сравнительная специальная педагогика: учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования / Н.М. Назарова, Е.Н. Моргачева, Т.В. Фуряева. - М.: Академия, 2011. - 336 с. - (Высш. проф. образование).

4. Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии: метод. пособие / ред. Л.В. Шапкина. - СПб.: Детство-Пресс, 2005. - 160с.+ прил.: с.131-155. - (Из опыта педагога).
5. Проблемные ситуации и практические задания по курсу специальной психологии: учебно-метод. пособие / сост. Ж.В. Кузнецова. - М.: Советский спорт, 2005. – 24 с.
6. Ранняя диагностика и коррекция: практич. руководство / ред. Удо Б. Брак. - Т.1. Нарушение развития. - М.: Академия, 2007. - 320 с.
7. Сатмари, П. Дети с аутизмом / П. Сатмари. - СПб.: ПИТЕР, 2005. - 224с.
8. Скворцова, В.О. Социальное воспитание детей с отклонениями в развитии / В.О. Скворцова. - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2006. - 160с.+ прил.: с.149-160. - (Специальная психология).
9. Харченко, Л.В. Развитие физических качеств у детей с комбинированными нарушениями зрения и интеллектуального развития: учеб. пособие / Л.В. Харченко, Т.В. Синельникова. - Омск: СибГУФК, 2007. - 48 с.
10. Хола, Л.Д. Социальная интеграция детей с нарушениями слуха в различных видах адаптивной физической культуры: учеб. пособие / Л.Д. Хола. - Нерюнгри, 2008. - 135 с.
11. Щербакова, Ю.В. Специальная психология: учеб. пособие / Ю.В. Щербакова. - М.: РИОР, 2006. – 80 с.

3. Электронные ресурсы

Использование арттерапевтических технологий в коррекционной работе с детьми с особыми образовательными потребностями [Электронный ресурс]: учебное пособие по коррекционной педагогике / Т.Г. Неретина — Электрон. поисковая прогр. - Москва: Флинта, 2011.- 186 с. – Режим доступа: <http://www.iqlib.ru/> - Загл. с экрана.

3.32. Рабочая программа дисциплины «Специальная педагогика» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения - очная

Автор - разработчик: Ефимова С.В., к.п.н.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основной целью изучения специальной педагогики является формирование у студентов знания и принципов педагогического подхода к детям с нарушениями развития, для их эффективной адаптации и коррекции путем использования адаптивной физкультуры.

Задачи дисциплины

Достижение поставленной цели возможно при решении задач:

- изучение коррекционной работы с лицами, имеющими нарушения в развитии;
- ознакомление студентов с системой специального образования;
- изучение педагогических систем образования;
- развитие интереса к сфере коррекционно-развивающей работы;
- формирование гуманистических взглядов по отношению к детям с проблемами в развитии.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Специальная педагогика» относится к базовой части профессионального цикла. Специальная педагогика изучается студентами в логической связи с такими предметами как «Психология и педагогика», «Психология развития», «Специальная психология» и др.

Специальная педагогика является базовой для формирования у студентов профессиональной компетентности в работе с проблемными, школьно-дезадаптированными детьми, для ознакомления с формами, методами и технологиями коррекционной и развивающей работы с данной категорией детей.

Учебная работа (108 часов) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий по педагогике являются лекции (16 часов) и семинарские занятия (22 часа). Внеаудиторная работа 70 часов.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ОК-6, ОК-9, ОК-11, ОК-14, ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-6, ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-13, ПК-19, ПК-20, ПК-31.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- историю, закономерности, функции, принципы, средства и методы отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры;
- отечественный и зарубежный опыт адаптивной физической культуры;
- знание морфофункциональных, социально-психологических лиц с отклонениями в состоянии здоровья возрастных и гендерных групп;
- осознание социальной значимости своей будущей профессии, овладение высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности;
- потребности человека, его ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, эмоции и чувства;
- закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту, заболеванию и поражению.
- изучать с позиций достижения психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в

состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построению занятий;

Уметь:

- определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармонического развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья социально-значимые потребности, ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, позволяющие им самим управлять собой, подчинять самого себя собственной воли;
- воплощать в жизнь задачи развивающего обучения, обеспечивающего оптимальное умственное и физическое развитие человека;
- использовать основные законы естественнонаучных дисциплин в профессиональной деятельности, применять методы математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования;
- формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способов самообразования в сфере адаптивной физической культуры;
- способствовать развитию психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов развертывания их функций, этиологии и патогенеза заболеваний;

овладеть:

- культурой мышления, способностью к обобщению, анализу, восприятию информации, постановки цели и выбору путей ее достижения;
- стремлением к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства.
- готовностью к взаимодействию (кооперации) с коллегами, в работе в коллективе, знанию принципов и методов организации и управления малыми коллективами.

Материально-техническое обеспечение

Реализация учебной дисциплины «Специальная педагогика» осуществляется с использованием материально-технической базы, обеспечивающей проведение всех видов учебных занятий обучающихся, предусмотренных данным учебно-методическим комплексом.

В лекционном курсе используются: аудитории, оборудованные мультимедийными средствами обучения.

Для подготовки и проведения семинарских занятий используются: библиотечный фонд вуза – справочная и хрестоматийная литература (при составлении терминологического словаря); учебно-методическая литература, учебники (при составлении конспектов уроков, при подготовке к письменным работам); электронный библиотечный фонд (при подготовке к собеседованию, письменным работам). Наглядные пособия (при подготовке к докладам). Диагностический инструментарий (диагностические методики, для определения состояния того или иного объекта педагогического процесса, причин этого состояния и разработки рекомендаций о дальнейшем функционировании исследуемого объекта). Техническое обеспечение: ноутбук, проектор, настенный экран (при подготовке презентаций). Современные компьютерные программы (Power Point) (при подготовке табличных и схематических изображений на слайдах).

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Специальная педагогика» содержит разделы:

Раздел 1. Теоретико-методологические основы специальной педагогики.

Раздел 2. Система образования лиц с недостатками в психическом развитии РФ.

Раздел 3. Специальное образование лиц с особыми образовательными потребностями.

Раздел 4. Девиантное поведение детей и подростков.

Раздел 5. Педагогические системы специального образования.

Раздел 6. Дидактика обучения и воспитания лиц со сложными дефектами и поражениями опорно-двигательного аппарата.

Раздел 7. Перспективы развития специальной педагогики и специального образования.

Перечень примерных контрольных вопросов для самостоятельной работы

1. Связь специальной педагогики с другими науками.
2. Актуальные проблемы специальной педагогики.
3. Современные тенденции и противоречия в развитии систем специального образования в Западной Европе и России.
4. Неоднозначный взгляд общества на развитие аномальных детей – Древняя Спарта, Древний Рим.
5. Средневековая Европа. Д.Бурневиль, Б.Морель, А.Бине, Т.Симон.
6. Эпоха Возрождения (Филипп Нинели, Пинель Жан-Этьен-Доминик Эскироль, И.Г.Песталоцци, Жан Итар).
7. Развитие отечественной дефектологии в 60-70 гг. XX века.
8. Социальная помощь и социально-педагогическая деятельность. Медико-социально-педагогический патронаж.
9. Профилактика и ранняя комплексная помощь.
10. Структура современной системы социально-педагогической помощи лицам с ограниченными возможностями в России: дошкольная система специального образования, школьная система специального образования.
11. Профессиональная ориентация и адаптация лиц с ограниченной трудоспособностью.
12. Функции обучения.
13. Формы организации специального образования индивидуально-групповая форма, классно-урочная система). Организация урока в специальной школе.
14. Девиантное поведение. Виды девиантного поведения.
15. Причины и проявления девиантного поведения.
16. Становление Л.С.Выготского как ученого (работа в Наркомпросе, Институте психологии МГУ, создание Экспериментального дефектологического института).
17. Первичные и вторичные дефекты. Абилитация.
18. Зоны ближайшего развития. Корригирующий учебно-воспитательный процесс. Задача – социальная компенсация дефекта.
19. Интеграция в обществе лиц с ограниченными возможностями.
20. Обучение и воспитание детей с выраженной интеллектуальной недостаточностью в России.
21. Профориентация, профессиональное образование и трудовая деятельность слепых и слабовидящих.
22. История тифлопедагогики.
23. Профориентация, профессиональное образование и трудовая деятельность слепых и слабовидящих.
24. История сурдопедагогики.
25. История становления логопедии как интегративной отрасли знаний.
26. Профессиональное образование и социальная адаптация лиц с нарушениями слуха.
27. Педагогическая помощь детям с нарушениями речи.
28. История олигофренопедагогики.
29. Интеграция в обществе лиц с ограниченными возможностями.
30. Обучение и воспитание детей с выраженной интеллектуальной недостаточностью в России.
31. Пути и способы организации специального образования для лиц со сложными нарушениями в развитии.

32. Возможности развития, образования и социализации аутичных детей.
33. Система специализированной помощи детям, страдающим церебральным параличом.
34. Опыт организации ранней помощи за рубежом и в России.
35. Модели интегрированного обучения.
36. Специальные классы в образовательных учреждениях общего назначения.

Перечень вопросов к экзамену

1. Предмет специальной педагогики. Цели и задачи специальной педагогики.
2. Основные понятия специальной педагогики.
3. Структура специальной педагогики.
4. Связь специальной педагогики с другими науками.
5. Актуальные проблемы специальной педагогики.
6. Неоднозначный взгляд общества на развитие аномальных детей – Древняя Спарта, Древний Рим.
7. Неоднозначный взгляд общества на развитие аномальных детей в эпоху средневековья в Западной Европе.
8. История и эволюция взглядов общества на проблемы аномальных детей в Эпоху Возрождения.
9. Российские народные традиции гуманистического отношения к убогим и обездоленным. Общественное движение за развитие помощи слабоумным в конце XIX века.
10. Развитие отечественной дефектологии в 60-70 гг. XX века.
11. Современные тенденции и противоречия в развитии систем специального образования в России.
12. Социальная помощь и социально-педагогическая деятельность для лиц с ограниченными возможностями. Структура современной системы социально-педагогической помощи лицам с ограниченными возможностями в России.
13. Дошкольная система специального образования.
14. Школьная система специального образования.
15. Профессиональная ориентация и адаптация лиц с ограниченной трудоспособностью.
16. Особые образовательные потребности и содержание специального образования. Основные дидактические принципы (принципы развивающего обучения, систематичности и системности, научности, доступности, наглядности, сознательности и активности, прочности усвоения знаний, индивидуализации, дифференцированного подхода).
17. Методы обучения в специальной школе (словесные методы обучения, метод работы с учебником, наглядные методы обучения, практические методы обучения).
18. Методы воспитания информационные методы, практически-действенные методы, побудительно-оценочные методы).
19. Средства обеспечения коррекционно-образовательного процесса в системе специального образования.
20. Формы организации специального образования.
21. Л.С.Выготский о сложной структуре аномального развития, о первичном дефекте и вторичных отклонениях, возникающих в процессе онтогенетического развития ребенка
22. Девиантное поведение. Виды девиантного поведения. Его причины и проявления.
23. Общее и специальное образование, их основные задачи.
24. История олигофренопедагогики. Предмет и задачи олигофренопедагогики.
25. Причины нарушения интеллекта.
26. Специальное образование детей с трудностями в обучении (ЗПР). Организация и содержание коррекционно-развивающего обучения.
27. Интеграция в обществе лиц с ограниченными возможностями.
28. Причины возникновения и клинико-психолого-педагогическая характеристика детей.
29. Формы олигофрении. Деменция – слабоумие. Цели и этапы коррекционно-воспитательной работы с умственно отсталыми детьми.

30. Обучение и воспитание детей с выраженной интеллектуальной недостаточностью в России.
31. История становления логопедии как интегративной отрасли знаний. Причины речевых нарушений.
32. Основные виды речевых нарушений (дислалия, афония, дисфония, ринолалия, дизартрия, заикание, алалия, афазия и др.).
33. Предмет и задачи сурдопедагогики. История сурдопедагогики. Причины нарушений слуха.
34. Клинико-психолого-педагогическая характеристика детей с нарушением слуха.
35. Коррекционно-педагогическая работа с детьми с нарушениями слуха и ее основные направления.
36. Профессиональное образование и социальная адаптация лиц с нарушениями слуха.
37. Предмет и задачи тифлопедагогики. История тифлопедагогики.
38. Причины и последствия нарушения зрения. Способы компенсации.
39. Дошкольное образование детей с нарушенным зрением. Обучение детей с недостатками зрения в школе.
40. Профориентация, профессиональное образование и трудовая деятельность слепых и слабовидящих.
41. Понятие о синдроме раннего детского аутизма. Причины аутизма (генетические факторы, психогенные факторы).
42. Клинико-психолого-педагогическая характеристика.
43. Коррекционно-педагогическая помощь при аутизме.
44. Понятие о сложном нарушении развития. Основные группы детей с сочетанными нарушениями.
45. Психолого-педагогические основы развития и образования лиц со сложным дефектом.
46. Пути и способы организации специального образования для лиц со сложными нарушениями в развитии.
47. Виды нарушений опорно-двигательного аппарата. Общая характеристика ДЦП.
48. Структура двигательного дефекта при ДЦП.
49. Нарушение психики при ДЦП. Речевые нарушения при ДЦП.
50. Коррекционная работа при ДЦП.
51. Система специализированной помощи детям, страдающим церебральным параличом.
52. Причины выявления новых приоритетов в системе специального образования.
53. Современное понятие интеграции. Интеграция и дифференциация.
54. Специальные классы в образовательных учреждениях общего назначения.
55. Модели интегрированного обучения.
56. Опыт организации ранней помощи за рубежом и в России.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		С/Р
			Лекции	Семинарские занятия	
1.	Раздел 1. Теоретико-методологические основы специальной педагогики				
	1.1. Специальная педагогика как наука.	14	2	2	10
	1.2. История становления и развития специальной педагогики за рубежом и в России.	2		2	
2.	Раздел 2. Система образования лиц с недостатками в психическом развитии РФ				
	2.1. Социально-педагогическая помощь лицам с ограниченными	10	-	-	10

	возможностями				
3.	Раздел 3. Специальное образование лиц с особыми образовательными потребностями				
	3.1. Основы дидактики специальной педагогики.	14	2	2	10
4.	Раздел 4. Девиантное поведение детей и подростков				
	4.1 Девиантное поведение, его причины и проявления	7	-	2	5
	4.2. Л.С.Выготский о сложной структуре аномального развития, о первичном дефекте и вторичных отклонениях, возникающих в процессе онтогенетического развития ребенка.	5	-	-	5
5.	Раздел 5. Педагогические системы специального образования				
	5.1. Специальное образование детей с трудностями в обучении (ЗПР). Образование лиц с нарушением умственного развития (умственной отсталостью) (Основы олигофренопедагогики)	12	2	2	8
	5.2. Педагогическая помощь детям с нарушениями речи. Предмет и задачи сурдопедагогики.	9	2	2	5
	5.3. Специальное образование для лиц с нарушениями зрения (Основы тифлопедагогики)	9	2	2	5
	5.4. Специальное образование при аутизме и аутистических чертах личности.	6	2	2	2
6.	Раздел 6. Дидактика обучения и воспитания лиц со сложными дефектами и поражениями опорно-двигательного аппарата				
	6.1. Развитие и образование детей со сложными нарушениями развития.	11	2	4	5
7.	Раздел 7. Перспективы развития специальной педагогики и специального образования				
	7.1. Профилактика, выявление и ранняя комплексная помощь детям с отклонениями в развитии: общее приоритетное направление развития	9	2	2	5
	Итого:	108	16	22	70

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на четвертом курсе завершается экзаменом. Экзамен проводится в форме устных ответов на вопросы, представленных в билетах по предмету.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**Рекомендуемая литература (основная)**

1. Мардахаев, Л.В. Специальная педагогика: учебник для бакалавров/Л.В.Мардахаев, Д.И.Чемоданова, Л.В.Кузнецова, Е.А.Орлова, Л.В.Соловьева: под ред.Л.В.Мардахаева, Е.А.Орловой.-М:Издательство Юрайт, 2012.-447 с.
2. Назарова Н.М. Сравнительная специальная педагогика: учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования/ Н.М. Назарова, Е.Н. Моргачева, Т.В. Фурьева. – М.: Изд. центр «Академия», 2011. – 336 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Головчиц Л.А. Коррекционно-педагогическая помощь дошкольникам с недостатками слуха с комплексным нарушением в развитии//Дефектология.-№6.2006.-С.42-48.
2. Неретина Т.Г. / Специальная педагогика и коррекционная психология: Учебно-методический комплекс / Москва / Флинта / 2010 / 978-5-9765-0127-0; 978-5-9770-0244-8
3. Основы специальной педагогики и психологии.-СПб.:Питер, 2006. С. 304.
4. <http://www.iqlib.ru/book/book.visp?uid={78F89160-F668-4C46-B0A6-8EC4693D39EE}&action=text&idsLink=3008&resIndex=0&resType=1&searchWithText=True> Учебная программа курса "Специальная педагогика с основами коррекционной психологии" / Неретина Т.Г. / Специальная педагогика и коррекционная психология: Учебно-методический комплекс / Москва / Флинта / 2010
5. <http://www.iqlib.ru/book/book.visp?uid={EA874D2D-E676-47AD-B469-D5489ED09DED}&action=bo&idsLink=3008&resIndex=3&resType=1&searchWithText=False> Неретина Т.Г. / Специальная педагогика и коррекционная психология: Учебно-методический комплекс / Москва / Флинта / 2010 / 978-5-9765-0127-0; 978-5-9770-0244-8
6. <http://www.iqlib.ru/book/book.visp?uid={782504D1-709D-4602-9B93-1597065C70B2}&action=text&idsLink=3008&resIndex=1&resType=1&searchWithText=True> Введение в специальную педагогику / Неретина Т.Г. / Специальная педагогика и коррекционная психология: Учебно-методический комплекс / Москва / Флинта / 2010
7. <http://www.iqlib.ru/book/book.visp?uid={E581F718-24BD-4363-951C-BAED828B6C2B}&action=text&idsLink=3008&resIndex=12&resType=1&searchWithText=True> Дети с задержкой психического развития / Неретина Т.Г. / Специальная педагогика и коррекционная психология: Учебно-методический комплекс / Москва / Флинта / 2010
8. <http://www.iqlib.ru/book/book.visp?uid={BD12CD1B-814D-473D-8995-0D7394E7085C}&action=text&idsLink=3008&resIndex=13&resType=1&searchWithText=True> Дети с задержкой психического развития / Неретина Т.Г. / Специальная педагогика и коррекционная психология: Учебно-методический комплекс / Москва / Флинта / 2010
9. <http://www.iqlib.ru/book/book.visp?uid={BD12CD1B-814D-473D-8995-0D7394E7085C}&action=text&idsLink=3008&resIndex=13&resType=1&searchWithText=True> Глоссарий / Неретина Т.Г. / Специальная педагогика и коррекционная психология: Учебно-методический комплекс / Москва / Флинта / 2010

3.33. Рабочая программа дисциплины дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Программу составил: Романов Виталий Валерьевич, старший преподаватель кафедры «Безопасность жизнедеятельности, теории и методики единоборств»

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1. Цель дисциплины

- Целью изучения данного курса является формирование мировоззрения безопасного образа жизни, главным содержанием которого является культурная, гуманитарная и организационно-техническая идеологии безопасности; получение студентами фундаментальных представлений об основах безопасности жизнедеятельности, о современных подходах к обеспечению защищенности населения, объектов экономики, окружающей среды по отношению к природным и техногенным опасностям, сущности и классификации чрезвычайных ситуаций, основных принципах и способах защиты от них.

2. Задачи дисциплины

- Важными задачами дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» являются:
 - - дать основные сведения о современном понимании безопасности в системе «Природа – общество – человек», дестабилизирующих факторах современности, причинах их возникновения;
 - - дать представление о существующих системах безопасности, принципах их построения и функционирования
 - познакомить студентов с обеспечением безопасности основных объектов – личности, общества и государства;
 - раскрыть понимание проблем обеспечения безопасности личности, общества и государства от факторов источников опасности, связанных с авариями, катастрофами, стихийными бедствиями, биолого-социальными и экологическими ситуациями, а также с трудовой деятельностью людей;
 - выработать умения и навыки идентификации, предупреждения и выхода из наиболее распространенных чрезвычайных и опасных ситуаций;

3. Место дисциплины в структуре ООП ВПО

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к базовой части профессионального цикла (Б.3.1.).

Освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее для осуществления деятельности с частью Б.5. «Учебная и производственная практика» ООП. Для изучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» студент должен обладать знаниями, полученными при изучении всех дисциплин, отнесенных к гуманитарным, социальным, экономическим, математическим и естественно-научным блокам.

В процессе преподавания дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» используются следующие технологии и методы:

- лекции;
- практические занятия;
- самостоятельная работа студентов, в которую входит освоение теоретического материала, подготовка к практическим занятиям, выполнение домашних заданий, выполнение творческой работы, подготовка к текущему и итоговому контролю.

В процессе обучения дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» используются различные современные технологии обучения.

Лекции читаются с применением схем, таблиц, графиков, по возможности, с использованием проектора и интерактивной доски. В соответствии с ФГОС ВПО лекции составляют не более 40% от аудиторных занятий.

На практических занятиях используется кейс-технология, кластерная технология и другие практико-ориентированные технологии обучения:

- семинары, на которых обсуждаются основные проблемы, освещенные в лекциях;
- обсуждение подготовленных студентами докладов и эссе;
- проектная технология (рекламные и антирекламные плакаты, компьютерные презентации);
- кейс-технология (ситуационные задачи, алгоритмы безопасного поведения);
- и др.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

4. Требования к результатам освоения дисциплины

В процессе изучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» студент формирует и демонстрирует следующие, предусмотренные ФГОС ВПО по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и компетентностной моделью подготовки бакалавра по профилю «Адаптивное физическое воспитание»:

общекультурные компетенции (в соответствии с ФГОС ВПО)

ОК-3; ОК-19

Профессиональные компетенции:

ПК-14; ПК-16; ПК-30; ПК-44.

В результате освоения дисциплины студент должен

Знать:

– основы безопасности жизнедеятельности, терминологию, предмет национальной безопасности личности, общества и государства, источники опасности, причины их возникновения, детерминизм опасностей (ОК-3);

– дестабилизирующие факторы современности, причины их возникновения, характеристику, превентивные меры, экологические аспекты безопасности жизнедеятельности (ПК-30);

– сущность и содержание ЧС, их классификацию, поражающие факторы ЧС (ОК-19);

– органы системы безопасности жизнедеятельности, принципы их построения и функционирования (ОК-3, ОК-19);

– задачи органов безопасности жизнедеятельности по защите населения от ЧС, способы защиты от ЧС различных видов (ОК-19).

Уметь:

– организовывать и методически правильно проводить занятия по адаптивной физической культуре в учебных заведениях (ОК-19, ПК-14, ПК-16, ПК-44);

– обучать учащихся способам защиты от ЧС различных видов (ОК-3, ПК-14, ПК-16);

– вырабатывать у учащихся привычки безопасного поведения и требовать выполнения мер безопасности в ходе учебных занятий и повседневной деятельности (ОК-19, ПК-14, ПК-16, ПК-30).

Владеть:

– правилами безопасного поведения и защиты в различных опасных и чрезвычайных ситуациях (ОК-19, ПК-14);

– способами защиты от поражающих факторов неблагоприятных и опасных природных явлений и техногенных аварий (ОК-19, ПК-30);

– первичными средствами пожаротушения (ПК-44);

– средствами индивидуальной и коллективной защиты (ОК-19);

– методами оказания доврачебной медицинской помощи при травмах (ОК-19, ПК-44);

–методами и средствами повышения безопасности общеобразовательных учреждений и учебных коллективов (ОК-3, ОК-19, ПК-16, ПК-44).

•5. Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств обучения, используемых в учебном процессе для освоения дисциплины, и способы их применения:

- компьютерное и мультимедийное оборудование;
- приборы и оборудование учебного назначения;
- пакет прикладных обучающих программ Microsoft Office (Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft Power Point), Windows Movie Maker, Nero, видеофайлы AVI, DVD и т.д.
- видео-, аудиовизуальные средства обучения;
- электронная библиотека курса;
- ссылки на интернет-ресурсы и др.

II. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

1. Разделы дисциплины

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» содержит разделы:

Раздел 1. Основы теории безопасности жизнедеятельности

Раздел 2. Правовое регулирование и органы обеспечения безопасности

Раздел 3. Понятие чрезвычайной ситуации, условия возникновения и классификация ЧС. Организация защиты населения в ЧС различных видов

Раздел 4. Безопасность трудовой деятельности

Перечень контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Место и роль дисциплины в подготовке учителя ОБЖ.
2. Требования нормативных документов по организации учебного процесса по дисциплине.
3. Политические и правовые аспекты безопасности.
4. Естественнонаучные предпосылки безопасности.
5. Жизненно важные интересы личности, общества и государства, необходимость их защиты.
6. Статистический и динамический аспекты безопасности.
7. Теория и практика безопасности жизнедеятельности.
8. Зоны повышенной безопасности и поведение человека.
9. Типы поведения людей в экстремальных ситуациях.
10. Основные цели и задачи обеспечения безопасности жизнедеятельности.
11. Концептуальные модели обеспечения безопасности жизнедеятельности человека.
12. Экологическая безопасность, ее сущность и характеристика.
13. Характеристика курса экологической безопасности.
14. Цель, критерии и важнейшие направления обеспечения экологической безопасности.
15. Единая система производственного экологического мониторинга.
16. Экологические (антропогенные) ЧС и их характеристика.
17. ЧС социально-политического характера.
18. Гражданская оборона, ее задачи, структура, принципы организации и ведения.
19. Основы защиты населения от последствий применения современных средств поражения.
20. Основные принципы защиты населения и территорий от ЧС.
21. Единая государственная система предупреждения и организации ЧС (РСЧС). Общая характеристика.
22. Безопасность и защита человека в ЧС природного происхождения.
23. Особенности защиты человека в условиях ЧС техногенного характера.
24. Безопасность и защита человека в ЧС экологического характера.
25. Ситуация криминогенного характера и особенности защиты от них.
26. Концепция о месте и роли РФ в мировом обществе.
27. Концепция об обеспечении защиты от ЧС различного характера.
28. Концепция об обеспечении защиты от терроризма и опасностей, возникающих при ведении военных действий

Тематика рефератов по безопасности жизнедеятельности

1. Дестабилизирующие факторы современности.
2. Превентивные меры обеспечения безопасности России.
3. Системный подход в организации деятельности РСЧС как органа по обеспечению безопасности Северо-Западного региона России.
4. Принципы антропоцентризма безопасности жизнедеятельности.
5. Принципы и методы управления риском.
6. Государственное управление в области защиты населения и территорий от ЧС.
7. Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от ЧС.
8. Обеспечение безопасности населения в чрезвычайных ситуациях, обусловленных производственными авариями.

9. Факторы опасности: а) при пожарах и взрывах; б) при авариях на железнодорожном транспорте, в метрополитене, на автомобильном транспорте, на морском и речном транспорте, на авиационном транспорте.
10. Обеспечение безопасности населения при стихийных бедствиях и опасных природных явлениях.
11. Правовая основа защиты населения России в ЧС.
12. Безопасность жизнедеятельности при производственных процессах.
13. Безопасность жизнедеятельности в экстремальных ситуациях.
14. Правовые основы осуществления безопасности жизнедеятельности в РФ.
15. Средства обеспечения безопасности жизнедеятельности в РФ.
16. Окружающая среда и безопасность жизнедеятельности.
17. Экологическая безопасность и безопасность жизнедеятельности.
18. Система «человек-среда обитания». Роль человека в этой системе.
19. Меры по обеспечению безопасности жизнедеятельности в РФ.

Перечень вопросов к экзамену

1. Предмет, задачи и содержание дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».
2. Безопасность как социальное явление, ее основное содержание.
3. Уровни и структура безопасности.
4. Безопасность в системе «Природа – общество – человек».
5. Дестабилизирующие факторы современности, их характеристика и меры по предотвращению и локализации.
6. Система безопасности жизнедеятельности: структура, задачи, функции.
7. Органы системы безопасности жизнедеятельности: принципы построения и содержания деятельности.
8. Окружающий мир и человек. Характер их взаимодействия.
9. Место и роль человека в системе обеспечения безопасности.
10. Чрезвычайные ситуации, их сущность и содержание.
11. Характеристика основных факторов, обуславливающих возникновение ЧС.
12. Источники и механизмы возникновения и развития ЧС.
13. Основные поражающие факторы ЧС.
14. Классификация и типология ЧС, их характеристика.
15. ЧС природного происхождения (стихийные бедствия).
16. Аварии и катастрофы техногенного характера.
17. Прогнозирование возможных ЧС – теория и практика.
18. Оценка последствий ЧС.
19. Опасные ситуации в условиях повседневной жизни и защита от них.
20. Гражданская оборона, ее задачи, структура, принципы организации и ведения.
21. Основы защиты населения от последствий применения современных средств поражения.
22. Основные принципы защиты населения и территорий от ЧС.
23. Единая государственная система предупреждения и организации ЧС (РСЧС). Общая характеристика.
24. Безопасность и защита человека в ЧС природного происхождения.
25. Особенности защиты человека в условиях ЧС техногенного характера.
26. Безопасность и защита человека в ЧС экологического характера.
27. Ситуации криминогенного характера и особенности защиты от них.
28. Охрана труда и техника безопасности.
29. Производственный травматизм. Меры по предотвращению производственного травматизма.
30. Понятие о личной гигиене и о гигиене труда
31. Методы и средства обеспечения безопасности труда на производстве.
32. Производственная деятельность человека. Трудовая дисциплина.
33. Виды и средства поражающего воздействия, их классификация

34. Трудовая дисциплина.
35. Очаги поражения и зоны заражения при авариях, катастрофах и стихийных бедствиях, применении современных средств поражения.
36. Негативные факторы производственной среды, их классификация.
37. Параметры микроклимата производственной среды.
38. Понятие о пожаре. Виды пожаров. Способы и приёмы борьбы с пожарами.
39. Средства тушения пожаров. Тушение возгораний подручными средствами, правила пользования огнетушителем. Действия населения при пожаре.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Практические занятия	
Раздел 1. Основы теории безопасности жизнедеятельности					
Первый	1.1. Основные теоретические положения безопасности жизнедеятельности	12	2	4	6
Первый	1.2. Опасности и безопасность: методологические аспекты анализа	8	2	2	4
Раздел 2. Правовое регулирование и органы обеспечения безопасности					
Первый	2.1. Система обеспечения безопасности: структура, задачи, функции.	12	2	4	6
Раздел 3. Понятие чрезвычайной ситуации, условия возникновения и классификация ЧС. Организация защиты населения в ЧС различных видов					
Первый	3.1. Чрезвычайные ситуации и их классификация	8	2	2	4
Первый	3.2. Чрезвычайные ситуации природного характера.	8	2	2	4
Первый	3.3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера	8	2	2	4
Первый	3.4. Чрезвычайные ситуации социального характера	8	2	2	4
Первый	3.5. Поражающие факторы и зоны поражения	16	2	6	8
Раздел 4. Безопасность трудовой деятельности					

Первый	4.1. Безопасность трудовой деятельности	16	2	6	8
Первый	4.2. Пожарная безопасность	12	2	4	6
	Итого:	108	20	34	54

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на первом курсе завершается экзаменом. Итоговый контроль проводится в форме ответов на вопросы, систематизированных в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Айзман, Р.И. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности: учеб. пособие / Р.И. Айзман, С.В. Петров, В.М. Ширшова. - Новосибирск: АРТА, 2011. - 208 с.

Безопасность жизнедеятельности: учеб. для бакалавров / ред. Я.Д. Вишняков. - 4-е изд., перераб. и доп. - М.: Юрайт, 2013. - 543 с.

2. Безопасность жизнедеятельности: учеб. для студ. учреждений высш проф. образования / ред. В.А. Трефилов. - М.: Академия, 2011. - 304 с.

3. Бондин, В. И. Безопасность жизнедеятельности: учеб. пособие / В. И. Бондин, Ю.Г. Семехин. - М.: ИНФРА - М; Академцентр, 2011. - 349 с.

4. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности: учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. - М.: КНОРУС, 2010. - 192 с. - (Среднее проф. образование).

5. Матрюков, Б.С. Безопасность в чрезвычайных ситуациях в природно-техногенной сфере. Прогнозирование последствий : учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования / Б.С. Матрюков. - 2-е изд., стер. - М.: Академия, 2012. - 368 с.

6. Месенина, Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: учеб. пособие для студентов направления 034300 «Физическая культура» / Е.Л. Месенина, А.И. Кузнецов, А.А. Спирина ; ред. Е.Л. Месенина. - Челябинск: Уральская академия, 2013. - 268 с.

7. Микрюков, В.Ю. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В.Ю. Микрюков. - М.: ФОРУМ, 2010. - 464 с.

8. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. пособие / Р.И. Айзман, Н.С. Шуленина, В.М. Ширшова. - М.; Новосибирск: АРТА, 2011. - 368 с.

9. Рек. МО РФ Бондин, В.И. Безопасность жизнедеятельности: учеб. пособие / В.И. Бондин, Ю.Г. Семехин. - М. : ИНФРА-М; Академцентр, 2011. - 349 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Безопасность жизнедеятельности: учеб. пособие / ред. П.Э. Шлендер. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Вузовский учебник, 2009. - 303 с.

2. Безопасность жизнедеятельности: учеб. пособие для студ. Вузов / В.Н. Павлов, В.А. Буканин, А.Е. Зенков [и др.]. - М.: Академия, 2008. - 336 с.

3. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности: учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. - М.: КНОРУС, 2010. - 192 с.

4. Матрюков, Б. С. Опасные ситуации техногенного характера и защита от них: учебник для студ. пед. вузов / Б. С. Матрюков. - М.: Академия, 2009. - 320 с.

5. Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности: учеб. пособие для студ. Вузов / П.А. Михайлов, Э.М. Киселева, О.Н. Русак. - М.: Академия, 2009. - 288 с.

Электронные образовательные ресурсы (ЭОР)

1. <http://www.alleng.ru/edu/saf3.htm> каталог электронных книг по безопасности жизнедеятельности.

2. <http://www.mchs.gov.ru> официальный сайт Министерства РФ по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий.

3. <http://www.emercom.ru/> официальный сайт Агентства «ЭМЕРКОМ» МЧС РОССИИ - Агентство по обеспечению и координации российского участия в международных гуманитарных операциях.

4. <http://kuhta.clan.su/> - электронные книги и учебные пособия по курсу ОБЖ, пожарная безопасность, охрана труда, антитеррор, доврачебная помощь, здоровье сберегающие технологии, туризм, школа выживания, школа безопасности.

5. <http://ele74197079.narod.ru> - учебно-методические материалы для самостоятельной внеаудиторной работы студентов и школьников по дисциплинам БЖД (ОБЖ) и Охрана труда.

3.34. Рабочая программа дисциплины «Научно-методическая деятельность» основной образовательной программы направления 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

Степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Дресвянкин В. И., к.п.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Сформировать научно-методическую компетентность у студентов, позволяющую овладеть представлениями о методической, научно-исследовательской и научно-методической деятельности.

Задачи дисциплины

1. Ознакомить:

- с историей развития научного познания;
- с развитием эмпирического и теоретического научного мышления;
- с проблематикой научных исследований в адаптивной физической культуре;
- с методиками проведения научных исследований.

2. Научить основам организации методики проведения методической и научно-исследовательской работы.

3. Освоить основные формы практической реализации знаний путем оформления результатов научных исследований.

Место дисциплины в структуре общей образовательной программы

Дисциплина «Научно-методическая деятельность» относится к базовой части профессионального цикла подготовки бакалавра адаптивной физической культуры. Предназначена для изучения на втором курсе очной формы обучения по направлению подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивное физическое воспитание)».

Учебная работа проводится в виде аудиторных занятий (54 часа) и самостоятельной работы (54 часа). Основными формами занятий являются лекции, семинарские и практические занятия.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-4, ОК-5, ОК-9, ОК-14, ПК-29, ПК-35, ПК-36, ПК-38.

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать:

- как правильно поставить цель и выбрать пути ее достижения;
- как правильно строить устную и письменную речь
- пути саморазвития личности;
- основные законы естественных дисциплин профессиональной деятельности;
- методику развития физических качеств;
- актуальные проблемы в сфере адаптивной физической культуры;
- как правильно организовать проведение научных исследований;
- способы анализа результатов исследования и внедрение их в практическую деятельность.

Уметь:

- обобщать, анализировать и воспринимать информацию;
- логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь;
- повышать свое профессиональное мастерство;
- применять методы математического анализа и моделирования;
- развивать физические качества исходя из нарушений или навсегда утраченных функций;
- формировать и конкретизировать внимание на актуальные проблемы адаптивной физической культуры;
- определять эффективность различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры;

культуры;

- проводить научный анализ результатов исследований.

Владеть:

- культурой мышления;
- аргументировано строить устную и письменную речь путями саморазвития и повышения своей квалификации в будущей профессии;
- методами теоретических и экспериментальных исследований;
- новыми способами обучения двигательной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- выбором наиболее актуальных проблем в сфере адаптивной физической культуры для проведения дальнейших научных исследований;
- современными научными методами исследований в области адаптивной физической культуры;
- способностью внедрения результатов исследования в практическую деятельность.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «научно-методическая деятельность» содержит разделы:

Раздел 1. Наука как вид деятельности, история развития методологии.

Раздел 2. Основные этапы научно-исследовательской работы

Раздел 3 Методика научно-исследовательской работы

Раздел 4. Организация научно-исследовательской работы

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Наука, ее функции и роль в обществе, в области физической культуры и спорта.
2. Научное знание, научное исследование.
3. Методы и методология, методическая деятельность в области физической культуры и спорта.
4. Постановка проблемы, проблемная ситуация.
5. Выбор темы исследования и ее актуальность
6. Объект и предмет исследования.
7. Цель, гипотеза исследования. Требования к гипотезе.
8. Задачи исследования, требования к их постановке.
9. Методы и методики исследования.
10. Виды педагогического эксперимента, методика проведения.
11. Виды педагогического наблюдения, методика проведения.
12. Опрос. Виды опроса и методика проведения.
13. Хронометрирование, методика проведения.
14. Теоретическая и практическая значимость работы.
15. Внедрение результатов научной, методической работы в практику.
16. Оформление литературного обзора.
17. Графическое оформление результатов исследования.
18. Оформление списка литературы.

Перечень вопросов к зачёту

1. Наука, ее функции, роль в обществе
2. Научное знание, научное исследование
3. Метод и методология
4. Принципы познания
5. Виды научных работ и их характеристика
6. Основные формы и задачи НИРС
7. Общая схема исследований

8. Основные этапы научно-исследовательской работы
9. Какие признаки выражают актуальность при выборе темы исследования
10. Подготовка к исследованию:
 - а) выбор темы исследования, объект и предмет исследования
 - б) обработка литературы (карточная система, методы и способы работы с литературой)
 - в) определение цели и задачи исследования
 - г) гипотеза исследований
 - д) план исследований
 - е) дневник исследователя
11. Подбор исследуемых (основные варианты)
12. Методы научного познания
13. Педагогическое наблюдение, виды и характеристика
14. Педагогический эксперимент, виды и характеристика
15. Отличительные особенности педагогического эксперимента и педагогического наблюдения
16. Метод тестов. Использование его для определения физической, функциональной подготовленности лиц с частичным отклонением в состоянии здоровья и инвалидов.
17. Анализ документальных материалов. Типы документов
18. Опрос (анкетирование, беседа, интервью)
19. Виды анкетирования и их характеристика.
20. Методика проведения хронометрирования
21. Методика проведения педагогического эксперимента
22. Методика проведения педагогического наблюдения
23. Основные требования, предъявляемые к методам исследования
24. Формы и методы контроля за технической подготовленностью
25. Выбор и использование проб и тестов в исследовании с учетом состояния здоровья.
26. Формы и методы контроля за физической подготовленностью
27. Формы и методы контроля за функциональной подготовленностью
28. Основные требования, предъявляемые к проведению эксперимента
29. Литературно-графическое оформление полученных результатов:
 - общие требования
 - литературный текст
 - рубрики
 - термины
 - словосочетания
 - абзацы и перечисления
 - ссылки авторов, цитаты, сноски, сокращения
 - числа, даты, знаки, индексы, единицы измерения, формулы
30. Основные требования, предъявляемые к оформлению таблиц и рисунков
31. Требования, предъявляемые к оформлению списка литературы
32. Требования, предъявляемые к написанию результатов исследования
33. Формулировка выводов
34. Требования, предъявляемые к написанию раздела «Методические рекомендации»
35. Основные требования, предъявляемые к написанию тезисов, статей.
36. Формы внедрения результатов в практику.
37. Методы математического анализа результатов.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обуче ния	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельн ая работа
			Лекции	Практич еские	

				занятия	
Раздел 1. Наука как вид деятельности, история развития методологии					
второй	Тема1.Введение в научно-методическую работу	8	4	4	-
	Тема2.Основные этапы научно-исследовательской работы	8	4	4	-
	Тема3. Методология научного исследования	18	2	2	14
Раздел 2. Методика научно-исследовательской работы					
второй	Тема1.Педагогические методы исследования	36	6	8	22
второй	Тема2.Технология научно-исследовательской работы	16	2	4	10
второй	Тема3.Литературное оформление научного труда	14	2	4	8
Раздел 3. Организация научно-исследовательской работы					
второй	Тема1. Фундаментальные и прикладные науки	8	2	2	4
	Итого	108	22	28	58

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачетом и защитой реферата по выбранной теме в соответствии с объемными требованиями.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Семенов, Л.А. Введение в научно-исследовательскую деятельность в сфере физической культуры и спорта:учеб. пособие /Л.А.Семенов.- М.: Советский спорт, 2011- 200с.
2. Шкляр, М.Ф. Основы научных исследований : учеб. пособие /М.Ф.Шкляр.- 3-е изд.- М. : Дашков и К, 2010.- 224 с.
3. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений /Ю.Д.Железняк, П.К. Петров.- 5-е изд.- М. : Издательский центр «Академия», 2009.- 272 с.
4. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник в 2 т. Т.1.:Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры/под общей ред. проф. С.П. Евсеева. – 2-е изд. испр. и дор. – М.:Советский спорт, 2007. – 291 с.: ил.
5. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник в 2 т. Т.2.:Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов/под общей ред. проф. С.П. Евсеева.– М.:Советский спорт, 2007. – 448 с.: ил.
6. Селуянов, В.Н. Научно-методическая деятельность: учеб. /В.Н.Селуянов, М.П.Шестаков, И.П.Космина.- М.: Флинта: Наука, 2005.- 288с.
7. Бекасова, С.Н. Основы научно-методической деятельности [Электронный ресурс]: учеб. пособие / С.Н. Бекасова, Т.Е. Баева; НГУ физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.

Лесгафта, Санкт-Петербург. – Электрон. дан.– СПб.: [б.и.], 2009.– Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК. - Загл. с экрана.

8. Бурякин, Ф.Г. Квалификационная работа выпускников вузов по специальностям и направлениям в области физической культуры и спорта (подготовка, оформление и защита) [Электронный ресурс]: учеб. пособие/ Ф.Г. Бурякин. - Электрон. дан. – Малаховка.: Моск. гос. акад. физ. культуры, 2012. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК. – Загл. с экрана.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Болотин, А.Э. Организация и методы научных исследований по физической культуре и спорту в вузе : учебно-метод. пособие / А.Э. Болотин, О.В. Новосельцев, А.И. Суханов, В.А.Щеголев, Ю.Н. Щедрин.- СПб. : Издательство «Олимп- СПб», 2007.- 69 с.
2. Дорохов, Р.Н. Начинаем изучать анатомию : учеб. пособие /Р.Н.Дорохов, О.М. Бубненко. – Ч.1.- Смоленск, 2010.- 160 с.
3. Моделирование управления движением человека /под ред. М.П.Шестакова, А.Н. Аверкина.- М. : СпортАкадемПресс, 2003.- 360 с.

3.35. Рабочая программа дисциплины «Адаптация к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик:

Преподаватель-стажер-Федорова Юлия Владимировна

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основная цель дисциплины «Адаптация к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья» - ознакомить студентов с организацией, структурой, содержанием, современными технологиями и передовой практикой воспитательной, физкультурно-оздоровительной работы с лицами с ограниченными возможностями, сформировать необходимые знания, умения, навыки к педагогической профессии как гуманистической миссии, психологическую готовность к работе с данной категорией населения.

Задачи дисциплины

1. Сформировать у студентов самостоятельность и творчество при использовании физических нагрузок у лиц с ограниченными возможностями здоровья.
2. Ознакомить студентов с современными технологиями физкультурно-спортивной деятельности инвалидов, материально-техническим оснащением занятий адаптивной физической культурой.
3. Сформировать у студента теоретические основы использования физических нагрузок у лиц с ограниченными возможностями здоровья.
4. Научить студента проводить занятия на основе современных технологий физкультурно-спортивной, оздоровительной деятельности у лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина по выбору «Адаптация к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья» относится к вариативной части профессионального учебного цикла Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебная дисциплина «Адаптация к физическим нагрузкам лиц с отклонениями в состоянии здоровья» изучается на третьем курсе при очной форме обучения.

Учебная работа (108 часов) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий являются лекции и практические занятия. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях должна быть обеспечена возможность овладения студентами практическими навыками учебно-исследовательской работы, оценки состояния здоровья, подбора средств по выполнению работы, тренировочного и соревновательного процесса, используя необходимые адаптационные механизмы. Внеаудиторная работа (54 часа) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-9, ОК-10, ОК-11, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-8, ПК-9, ПК-15, ПК-16, ПК-17, ПК-20, ПК-21, ПК-22, ПК-23, ПК-24, ПК-25, ПК-26, ПК-27, ПК-28, ПК-29, ПК-30, ПК-31, ПК-32, ПК-33, ПК-34, ПК-36, ПК-40, ПК-45.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- технику безопасности при занятиях адаптивной физической культурой;
- морфофункциональные и социально-психологические особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических групп;
- закономерности развития физических качеств и формирования двигательных умений;
- основы теории образовательной, воспитательной, тренировочной деятельности;
- специальную терминологию адаптивной физической культуры;
- закономерности восстановления нарушенных или утраченных функций;
- компенсаторные возможности организма.

уметь:

- уметь выделять этапы развития адаптивной физической культуры и основные принципы, цели, средства организации адаптивной физической культуры с лицами с ограниченными возможностями здоровья.;
- обучить лиц с отклонениями в состоянии здоровья знаниями и способами воздействия на физические характеристики;
- применять средства и методы для осуществления когнитивного и двигательного обучения и оценивать состояние занимающихся;
- формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способы самообразования в сфере адаптивной физической культуры;

овладеть:

- средствами, методами, приемами для осуществления когнитивного и двигательного обучения;
- методами, приемами проведения комплексов физических упражнений;
- методами измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Материально-техническое обеспечение

Мячи (маленькие, средние), гантели, палки, скакалки, фитболы, секундомер, кегли.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Методика двигательной реабилитации лиц с поражением спинного мозга.
2. Методика адаптивной физической культуры детей с врожденными аномалиями в развитии и после ампутации конечностей различного возраста.
3. Проведение занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими нарушения слуха и зрения.
4. Организация и проведение оздоровительной тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Перечень вопросов к экзамену (зачёту)

1. Медико-физиологические и психологические предпосылки построения адаптивной физической культуры.
2. Проведение оздоровительной тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья.
3. Проведение пульсометрии и хронометрирования занятия.
4. Классификационный признак работы у лиц с ограниченными возможностями здоровья.
5. Цели, задачи, принципы и формы организации адаптивной физической культуры у лиц с ограниченными возможностями здоровья.
6. Спортивные занятия с оздоровительной направленностью в школе для детей-инвалидов
7. Проведение занятия с оздоровительной направленностью в школе для детей-инвалидов
8. Организация занятия с оздоровительной направленностью в школе для детей-инвалидов и проведение мониторинга функционального состояния.
9. Проведение занятия по адаптивной физической культуре для лиц после ампутации конечностей различного возраста.

10. Организация занятия с оздоровительной направленностью в геронтологическом центре.
11. Составление план - конспекта и проведение занятия с оздоровительной направленностью в геронтологическом центре.
12. Двигательная реабилитация и адаптивное физическое воспитание детей с детским церебральным параличом.
13. Проведение занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими нарушения слуха и зрения.
14. Медико-физиологическая и психолого-педагогическая характеристика лиц с умственной отсталостью.
15. Особенности методики адаптивной физической культуры с лицами, имеющими отклонения в интеллектуальном развитии.
16. Методика адаптивной физической культуры детей с врожденными аномалиями в развитии и после ампутации конечностей различного возраста.
17. Методика двигательной реабилитации лиц с поражением спинного мозга.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
Третий	Тема 1. Сущность и содержание концепции адаптивной физической культуры.	34	6	8	20
Третий	Тема 2. Оздоровительная тренировка как основная форма организации занятий с лицами с ограниченными возможностями здоровья.	22	10	12	-
Третий	Тема 3. Особенности применения адаптивной физической культуры.	52	8	10	34
	Итого:	108	24	30	54

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачётом в соответствии с объемными требованиями. Итоговый контроль (зачет) проводится в форме ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Частные методики адаптивной физической культуры: Учебное пособие/ Под ред. Л.В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.
2. Марченко, О.К. Основы физической реабилитации : учеб. для студ. вузов / О.К. Марченко. - Киев : Олимпийская литература, 2012. - 528 с. Библиогр.: с.519-527

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Физическая реабилитация и спорт инвалидов: нормативно-правовые документы, механизмы реализации, практический опыт, рекомендации/ Автор-сост. А.В. Царик. – М.: Советский спорт. - М., 2003. - 576 с.
2. Физическая реабилитация и спорт инвалидов: нормативно-правовые документы, механизмы реализации, практический опыт, рекомендации/ Автор-сост. А.В. Царик. – М.: Советский спорт. - М., 2004. - 576 с.
3. Храпылина, Л.П. Реабилитация инвалидов / Л.П. Храпылина. - М.: Издательство "Экзамен", 2006. - 415 с.
4. Губарева, Н.В. Коррекция и развитие координационных способностей у школьников с различной степенью нарушения слуха : монография / Н.В. Губарева, И.Ю. Горская. - Омск: СибГУФК, 2010. - 282 с. Прил.: с.161-281. - Библиогр.: с.144-160.

3.36. Рабочая программа дисциплины «Адаптивное физическое воспитание детей дошкольного возраста» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Прянишникова Ольга Альфонсовна, к.б.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель дисциплины - освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста и подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины

Основные задачи изучения дисциплины заключаются в формировании:

- системы знаний об адаптивном физическом воспитании;
- положительной мотивации сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста;
- знаний об основах врачебного контроля в процессе адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста;
- знаний о построении учебно-воспитательного процесса адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста;
- знаний о методическом обеспечении процесса физического воспитания детей дошкольного возраста.

В структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Адаптивное физическое воспитание детей дошкольного возраста» относится к дисциплинам вариативной части профессионального цикла профиля 1 «Адаптивное физическое воспитание» Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебный предмет «Адаптивное физическое воспитание детей дошкольного возраста» изучается на втором курсе при очной форме обучения.

Учебная работа (144 часа) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий являются лекции и практические занятия. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях должна быть обеспечена возможность овладения студентами практическими навыками учебно-исследовательской работы. Внеаудиторная работа (78 часов) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих **общекультурных компетенций (ОК)**:

ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-9, ОК-10.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих **профессиональных компетенций (ПК)**:

ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-6, ПК-7, ПК-8, ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-16, ПК-17, ПК-19, ПК-20, ПК-21, ПК-30, ПК-31, ПК-32, ПК-33, ПК-34, ПК-35, ПК-36, ПК-37, ПК-38, ПК-40, ПК-41, ПК-43, ПК-44.

В результате освоения дисциплины студент должен **знать**:

1) культуру общения, основы анализа;

- 2) принципы и методы организации и управления малыми коллективами;
- 3) свои достоинства и недостатки, средства развития достоинств и устранения недостатков;
- 4) историю, закономерностей, функции, принципы, средства и методы отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры, их роль и место в общей системе физической культуры;
- 5) отечественный и зарубежный опыт адаптивной физической культуры;
- 6) морфофункциональные, социально-психологические особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп;
- 7) цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- 8) планирование содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей;
- 9) средств, методов, приемов, технически средств для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся;
- 10) способы самообразования в сфере адаптивной физической культуры;
- 11) достижения психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;
- 12) потребности человека, его ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, эмоции и чувства;
- 13) закономерности 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;
- 14) задачи развивающего обучения, обеспечивающего оптимальное умственное и физическое развитие человека;
- 15) закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- 16) основ эргономики и возможностей приспособления (адаптации) внешней среды для реализации основных видов жизнедеятельности человека с отклонениями в состоянии здоровья (самообслуживание, профессиональная деятельность, культура, спорт, отдых);
- 17) закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту, заболеванию и поражению;
- 18) актуальных проблем в сфере адаптивной физической культуры;
- 19) основы организации и проведения соревнования с учетом медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификации спортсменов;
- 20) технику безопасности при проведении занятий;

уметь:

- 1) ставить цели и выбирать пути ее достижения;
- 2) логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь;
- 3) взаимодействовать с коллегами, работать в коллективе;
- 4) находить управленческие решения вне стандартных ситуаций;
- 5) критически оценить свои достоинства и недостатки, намечать пути и выбирать средства развития достоинств и устранять недостатки;
- 6) применять на практике функции, принципы, средства и методы отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры, их роли и места в общей системе физической культуры;

- 7) применять отечественный и зарубежный опыт адаптивной физической культуры;
- 8) обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способностям их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры;
- 9) обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры;
- 10) определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- 11) планировать содержание уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей;
- 12) применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся;
- 13) формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способы самообразования в сфере адаптивной физической культуры;
- 14) изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;
- 15) формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться;
- 16) развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов разветвления их функций, этиологии и патогенеза заболеваний;
- 17) проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов);
- 18) проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний);
- 19) организовывать и проводить соревнования с учетом медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификации спортсменов;

овладеть:

- 1) культурой мышления, способностью к общению, анализу, восприятию информации;
- 2) способностью ставить цели и выбирать пути ее достижения;
- 3) способностью к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства;
- 4) отечественным и зарубежным опытом адаптивной физической культуры;
- 5) умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры;
- 6) умением определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- 7) умением планировать содержание уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей;

- 8) готовностью применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся;
- 9) умением формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способы самообразования в сфере адаптивной физической культуры;
- 10) умением изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;
- 11) умением формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться;
- 12) способностью развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов развертывания их функций, этиологии и патогенеза заболеваний;
- 13) умением применять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- 14) закономерностями развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту, заболеванию и поражению;
- 15) способностью осуществлять простейшие психотерапевтические приемы по профилактике прогрессирования и (или) устранению психологических комплексов, характерных для различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья;
- 16) способностью проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования;
- 17) способностью проводить обработку результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы;
- 18) способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности;
- 19) способностью составлять плановую и отчетную документацию, организовывать и проводить массовые физкультурные мероприятия и спортивные соревнования по паралимпийским, сурдлимпийским и специальным олимпийским видам спорта.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Адаптивное физическое воспитание детей дошкольного возраста» содержит разделы:

Раздел 1. Введение.

Раздел 2. Теория и организация адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Раскройте содержание и значение образовательной функции адаптивной физической культуры.
2. Раскройте содержание и значение образовательной функции адаптивной физической культуры.
3. Вертикальная структура специального образования в России.

4. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями слуха.
5. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями речи.
6. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями зрения.
7. Психолого-педагогическая характеристика детей с интеллектуальными нарушениям.
8. Деятельность заведующей детским садом по адаптивному физическому воспитанию с детьми дошкольного возраста.
9. Деятельность методиста детского сада по адаптивному физическому воспитанию с детьми дошкольного возраста.
10. Коррекционная гимнастика для детей дошкольного возраста для профилактики сколиоза.
11. Гимнастика для глаз.
12. Особенности проведения праздников в детских садах по адаптивному физическому воспитанию.
13. Формирование у дошкольников знаний в области адаптивного физического воспитания.
14. Подобрать физические упражнения по коррекции плоскостопия.
15. Подобрать физические упражнения по коррекции сколиозов.
16. Подобрать физические упражнения по коррекции зрения.
17. Дать характеристику инвентаря и оборудования для занятий по адаптивному физическому воспитанию с детьми дошкольного возраста.

Перечень вопросов к экзамену

1. Цели и задачи адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста.
2. Раскройте значение основных понятий и терминов адаптивной физической культуры.
3. Объект и предмет педагогической деятельности в адаптивной физической культуре детей дошкольного возраста.
4. Виды адаптивной физической культуры с детьми дошкольного возраста.
5. Принципы, регламентирующие деятельность по адаптивному физическому воспитанию с детьми дошкольного возраста.
6. Педагогические функции по адаптивному физическому воспитанию детей дошкольного возраста.
7. Средства, используемые в адаптивном физическом воспитании детей дошкольного возраста.
8. Методы, используемые в адаптивном физическом воспитании детей дошкольного возраста.
9. Теоретические и методические основы обучения двигательным действиям детей инвалидов.
10. Этап начального изучения двигательного действия детей дошкольного возраста с отклонениями в развитии.
11. Этап углубленного изучения двигательного действия детей дошкольного возраста с отклонениями в развитии.
12. Социальные функции по адаптивному физическому воспитанию детей дошкольного возраста.
13. Основные положения системы обучения и воспитания лиц с ограниченными возможностями.
14. История и становление системы адаптивного физического воспитания детей дошкольного в России.
15. Структура и формы специального образования в России.
16. Современные проблемы адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста.
17. Структура и содержание занятий по адаптивному физическому воспитанию дошкольников.

18. Использование на занятиях по адаптивному физическому воспитанию инновационных педагогических технологий.
19. Дыхательная гимнастика на занятиях по адаптивному физическому воспитанию с детьми дошкольного возраста.
20. Стрейчинг, фитбол-гимнастика на занятиях по адаптивному физическому воспитанию с детьми дошкольного возраста.
21. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
22. Программы по адаптивному физическому воспитанию детей дошкольного возраста.
23. Физкультурно-массовые мероприятия по адаптивному физическому воспитанию детей дошкольного возраста.
24. Документы планирования учебной работы по адаптивному физическому воспитанию детей дошкольного возраста.
25. Разработка рабочей программы, конспекта занятий по адаптивному физическому воспитанию детей дошкольного возраста.
26. Виды педагогического контроля детей дошкольного возраста по адаптивному физическому воспитанию.
27. Определение уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста на занятиях по адаптивному физическому воспитанию.
28. Педагогический анализ занятия по адаптивному физическому воспитанию с детьми дошкольного возраста.
29. Реализация индивидуально-дифференцированного подхода на занятиях по адаптивному физическому воспитанию с детьми дошкольного возраста.
30. Особенности организации и проведения подвижных игр с детьми, имеющими отклонения в интеллектуальном и физическом развитии.
31. Особенности организации и проведения подвижных игр с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата.
32. Особенности организации и проведения подвижных игр с детьми, имеющими нарушения сенсорных систем.
33. Особенности занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими отклонения в интеллектуальном и физическом развитии.
34. Клинико-психолого-педагогическая классификация детей с нарушениями интеллектуального развития.
35. Особенности обучения движениям детей с нарушениями интеллектуального развития.
36. Развитие двигательных способностей детей с нарушениями интеллектуального развития.
37. Клинико-психолого-педагогическая классификация детей с сенсорными нарушениями.
38. Особенности обучения движениям детей с нарушениями зрения.
39. Развитие двигательных способностей детей с нарушениями зрения.
40. Особенности обучения движениям детей с нарушениями слуха.
41. Развитие двигательных способностей детей с нарушениями слуха.
42. Клинико-психолого-педагогическая классификация детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
43. Особенности обучения движениям детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
44. Развитие двигательных способностей детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
45. Клинико-психолого-педагогическая классификация детей со сложными нарушениями.
46. Особенности обучения движениям детей со сложными нарушениями.
47. Развитие двигательных способностей детей со сложными нарушениями.

48. Формы работы дошкольного учреждения с семьей по вопросам адаптивного физического воспитания.

49. Разработка программ сотрудничества дошкольного учреждения с семьей по адаптивному физическому воспитанию.

50. Помещения, площадки, инвентарь и оборудование для занятий по адаптивному физическому воспитанию детей дошкольного возраста.

51. Определение физической нагрузки по динамике пульса на занятиях по адаптивному физическому воспитанию детей дошкольного возраста.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Название разделов и тем	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятель ная работа
			Лекции	Практиче ские занятия	
Раздел 1. Введение.		34	6	8	20
Второй	Тема 1.1. Теоретические основы адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста.	10	2	2	6
Второй	Тема 1.2. Система обучения и воспитания лиц с ограниченными возможностями в Российской Федерации.	10	2	2	6
Второй	Тема 1.3. Виды, причины и классификация нарушений развития человека.	14	2	4	8
Раздел 2. Теория и организация адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста.		110	24	28	58
Второй	Тема 2.1. Организация адаптивной физической культуры в дошкольных учреждениях.	18	4	4	10
Второй	Тема 2.2. Принципы адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста.	10	2	2	6
Второй	Тема 2.3.Средства и методы физического воспитания детей дошкольного возраста.	8	2	2	4
Второй	Тема 2.4. Формы адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста.	8	2	2	4
Второй	Тема 2.5. Обучение движениям дошкольников с сенсорными нарушениями.	14	2	4	8
Второй	Тема 2.6. Развитие двигательных способностей дошкольников с сенсорными нарушениями.	8	2	2	4
Второй	Тема 2.7. Обучение движения дошкольников с нарушением опорно-двигательного аппарата.	12	2	4	6
Второй	Тема 2.8. Развитие двигательных способностей дошкольников с нарушениями опорно-двигательного аппарата.	8	2	2	4
Второй	Тема 2.9. Обучение движениям со сложными комплексными нарушениям.	8	2	2	4
Второй	Тема 2.10. Развитие двигательных способностей дошкольников со сложными комплексными нарушениями.	8	2	2	4

Второй	Тема 2.11. Взаимодействие дошкольного учреждения и семьи по адаптивному физическому воспитанию с детьми.	8	2	2	4
	Итого	144	30	36	78

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на втором курсе в четвертом семестре завершается экзаменом. Итоговый контроль зачет проводится в форме ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста : учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / [С.О.Филиппова, Т.В. Волосникова, О.А.Каминский и др.] ; под ред. С.О.Филипповой. — 3-е изд., испр. и доп. — М. : Издательский центр «Академия», 2011. — 224 с.
2. Теоретические и методические основы физического вос-Т338 питания и развития детей раннего и дошкольного возраста : практикум : учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / [С.О.Филиппова, О.А.Каминский, Г.Г.Лукина и др.] ; под ред. С.О.Филипповой. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательский центр «Академия», 2011. — 176 с.
3. Теория и организация адаптивной физической культуры / Под общей ред. проф. С. П. Евсеева. -3-е изд., стереотип. - М.: Советский спорт, 2010. - 291 с.: ил. 15ВМ.
4. Бегидова Т.П. Основы адаптивной физической культуры: Учебн. пособие. - М.: Физкультура и Спорт, 2007. - 192 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Абу, АтванЮ.И. Содержание комплексной программы адаптивной физической культуры для детей школьного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата: автореф. Дисс.канд.наук/Атван Ю.И.Абу.-СПб.: СПбАФК 2006.- 20 с.
2. Современные методики физической реабилитации детей с нарушением функций опорно-двигательного аппарата/ ред. Н.А. Гросс. – М.: Советский спорт, 2005. – 235 с.
3. Социальная интеграция детей с нарушениями слуха в различных видах адаптивной физической культуры: учеб. пособие/ Л.Д. Хода. – Нерюнгри, 2008. -135 с.
4. Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии: метод. пособие/ ред. Л.В. Шапкова. СПб.: Детство-Пресс, 2005. – 160 с.
5. Картавцева А.И. Комплексная программа адаптивного физического воспитания незлышащих детей в дошкольных образовательных учреждениях: учеб. пособие/ А.И. Картавцева, О.Э. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2011. 156 с.

3.37. Рабочая программа дисциплины «Адаптивное физическое воспитание школьников» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание
 степень (квалификация) выпускника - бакалавр
 Форма обучения очная
 Автор-разработчик: Прянишникова Ольга Альфонсовна, к.б.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель дисциплины - освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области адаптивного физического воспитания школьников и подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины

Основные задачи изучения дисциплины заключаются в формировании:

- системы знаний об адаптивном физическом воспитании;
- положительной мотивации сохранения и укрепления здоровья детей школьного возраста;
- знаний об основах врачебного контроля в процессе адаптивного физического воспитания детей школьного возраста;
- знаний о построении учебно-воспитательного процесса адаптивного физического воспитания детей школьного возраста;
- знаний о методическом обеспечении процесса физического воспитания детей школьного возраста.

В структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Адаптивное физическое воспитание школьников» относится к дисциплинам вариативной части профессионального цикла профиля 1 «Адаптивное физическое воспитание» Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебный предмет «Адаптивное физическое воспитание школьников» изучается на третьем курсе при очной форме обучения.

Учебная работа (144 часа) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий являются лекции и практические занятия. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях должна быть обеспечена возможность овладения студентами практическими навыками учебно-исследовательской работы. Внеаудиторная работа (78 часов) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих **общекультурных компетенций (ОК)**:

ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-9, ОК-10.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих **профессиональных компетенций (ПК)**:

ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-6, ПК-7, ПК-8, ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-16, ПК-17, ПК-19, ПК-20, ПК-21, ПК-30, ПК-31, ПК-32, ПК-33, ПК-34, ПК-35, ПК-36, ПК-37, ПК-38, ПК-40, ПК-41, ПК-43, ПК-44.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- 1) культуру общения, основы анализа;
- 2) принципы и методы организации и управления малыми коллективами;
- 3) свои достоинства и недостатки, средства развития достоинств и устранения недостатков;
- 4) историю, закономерностей, функции, принципы, средства и методы отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры, их роль и место в общей системе физической культуры;
- 5) отечественный и зарубежный опыт адаптивной физической культуры;
- 6) морфофункциональные, социально-психологические особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп;
- 7) цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- 8) планирование содержания уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей;
- 9) средств, методов, приемов, технических средств для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся;
- 10) способы самообразования в сфере адаптивной физической культуры;
- 11) достижения психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;
- 12) потребности человека, его ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, эмоции и чувства;
- 13) закономерности 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;
- 14) задачи развивающего обучения, обеспечивающего оптимальное умственное и физическое развитие человека;
- 15) закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- 16) основ эргономики и возможностей приспособления (адаптации) внешней среды для реализации основных видов жизнедеятельности человека с отклонениями в состоянии здоровья (самообслуживание, профессиональная деятельность, культура, спорт, отдых);
- 17) закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту, заболеванию и поражению;
- 18) актуальных проблем в сфере адаптивной физической культуры;
- 19) основы организации и проведения соревнования с учетом медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификации спортсменов;
- 20) технику безопасности при проведении занятий;

уметь:

- 1) ставить цели и выбирать пути ее достижения;
- 2) логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь;
- 3) взаимодействовать с коллегами, работать в коллективе;
- 4) находить управленческие решения вне стандартных ситуаций;
- 5) критически оценить свои достоинства и недостатки, намечать пути и выбирать средства развития достоинств и устранять недостатки;

- 6) применять на практике функции, принципы, средства и методы отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры, их роли и места в общей системе физической культуры;
- 7) применять отечественный и зарубежный опыт адаптивной физической культуры;
- 8) обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способностям их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры;
- 9) обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры;
- 10) определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- 11) планировать содержание уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей;
- 12) применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся;
- 13) формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способы самообразования в сфере адаптивной физической культуры;
- 14) изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;
- 15) формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться;
- 16) развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов развертывания их функций, этиологии и патогенеза заболеваний;
- 17) проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов);
- 18) проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний);
- 19) организовывать и проводить соревнования с учетом медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификации спортсменов;

овладеть:

- 1) культурой мышления, способностью к общению, анализу, восприятию информации;
- 2) способностью ставить цели и выбирать пути ее достижения;
- 3) способностью к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства;
- 4) отечественным и зарубежным опытом адаптивной физической культуры;
- 5) умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры;
- 6) умением определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- 7) умением планировать содержание уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей;
- 8) готовностью применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся;
- 9) умением формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способы самообразования в сфере адаптивной физической культуры;
- 10) умением изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;
- 11) умением формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться;
- 12) способностью развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов развертывания их функций, этиологии и патогенеза заболеваний;
- 13) умением применять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- 14) закономерностями развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту, заболеванию и поражению;
- 15) способностью осуществлять простейшие психотерапевтические приемы по профилактике прогрессирования и (или) устранению психологических комплексов, характерных для различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья;
- 16) способностью проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования;
- 17) способностью проводить обработку результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы;
- 18) способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности;
- 19) способностью составлять плановую и отчетную документацию, организовывать и проводить массовые физкультурные мероприятия и спортивные соревнования по паралимпийским, сурдлимпийским и специальным олимпийским видам спорта.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебного процесса:

- для проведения лекционных занятий - специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов);
- для проведения практических занятий - специально оборудованная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов), методики оценки психического и социального здоровья.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Адаптивное физическое воспитание школьников» содержит разделы:

Раздел 1. Введение.

Раздел 2. Теория и организация адаптивного физического воспитания школьников

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Раскройте содержание и значение образовательной функции адаптивной физической культуры.
2. Раскройте содержание и значение образовательной функции адаптивной физической культуры.
3. Вертикальная структура специального образования в России.
4. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями слуха.
5. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями речи.
6. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями зрения.
7. Психолого-педагогическая характеристика детей с интеллектуальными нарушениям.
8. Деятельность директора школы по адаптивному физическому воспитанию школьников.
9. Коррекционная гимнастика для профилактики сколиоза.
10. Гимнастика для глаз.
11. Особенности проведения праздников в школе по адаптивному физическому воспитанию.
12. Формирование у школьников знаний в области адаптивного физического воспитания.
13. Подобрать физические упражнения по коррекции плоскостопия.
14. Подобрать физические упражнения по коррекции сколиозов.
15. Подобрать физические упражнения по коррекции зрения.
16. Дать характеристику инвентаря и оборудования для занятий по адаптивному физическому воспитанию с детьми школьного возраста.

Перечень вопросов к экзамену

1. Цели и задачи адаптивного физического воспитания детей школьного возраста.
2. Раскройте значение основных понятий и терминов адаптивной физической культуры.
3. Объект и предмет педагогической деятельности в адаптивной физической культуре детей школьного возраста.
4. Виды адаптивной физической культуры с детьми школьного возраста.
5. Принципы, регламентирующие деятельность по адаптивному физическому воспитанию с детьми школьного возраста.
6. Педагогические функции по адаптивному физическому воспитанию детей школьного возраста.
7. Средства, используемые в адаптивном физическом воспитании детей школьного возраста.
8. Методы, используемые в адаптивном физическом воспитании детей школьного возраста.
9. Теоретические и методические основы обучения двигательным действиям детей инвалидов школьного возраста.
10. Этап начального изучения двигательного действия детей школьного возраста с отклонениями в развитии.
11. Этап углубленного изучения двигательного действия детей школьного возраста с отклонениями в развитии.
12. Социальные функции по адаптивному физическому воспитанию детей школьного возраста.
13. Основные положения системы обучения и воспитания лиц с ограниченными возможностями.
14. История и становление системы адаптивного физического воспитания детей школьного возраста в России.
15. Структура и формы специального образования в России.
16. Современные проблемы адаптивного физического воспитания детей школьного возраста.
17. Структура и содержание занятий по адаптивному физическому воспитанию школьников.
18. Использование на занятиях по адаптивному физическому воспитанию инновационных педагогических технологий.
19. Дыхательная гимнастика на занятиях по адаптивному физическому воспитанию с детьми школьного возраста.

20. Стрейчинг, фитнес-гимнастика на занятиях по адаптивному физическому воспитанию с детьми школьного возраста.
21. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
22. Программы по адаптивному физическому воспитанию детей школьного возраста.
23. Физкультурно-массовые мероприятия по адаптивному физическому воспитанию детей школьного возраста.
24. Документы планирования учебной работы по адаптивному физическому воспитанию детей школьного возраста.
25. Разработка рабочей программы, конспекта занятий по адаптивному физическому воспитанию детей школьного возраста.
26. Виды педагогического контроля детей школьного возраста по адаптивному физическому воспитанию.
27. Определение уровня физической подготовленности детей школьного возраста на занятиях по адаптивному физическому воспитанию.
28. Педагогический анализ занятия по адаптивному физическому воспитанию с детьми школьного возраста.
29. Реализация индивидуально-дифференцированного подхода на занятиях по адаптивному физическому воспитанию с детьми школьного возраста.
30. Особенности организации и проведения подвижных игр с детьми младшего и среднего школьного возраста, имеющими отклонения в интеллектуальном и физическом развитии.
31. Особенности организации и проведения подвижных игр с детьми младшего и среднего школьного возраста, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата.
32. Особенности организации и проведения подвижных игр с детьми, имеющими нарушения сенсорных систем.
33. Особенности занятий физическими упражнениями с детьми, имеющими отклонения в интеллектуальном и физическом развитии.
34. Клинико-психолого-педагогическая классификация детей с нарушениями интеллектуального развития.
35. Особенности обучения движениям детей с нарушениями интеллектуального развития.
36. Развитие двигательных способностей детей с нарушениями интеллектуального развития.
37. Клинико-психолого-педагогическая классификация детей с сенсорными нарушениями.
38. Особенности обучения движениям детей с нарушениями зрения.
39. Развитие двигательных способностей детей с нарушениями зрения.
40. Особенности обучения движениям детей с нарушениями слуха.
41. Развитие двигательных способностей детей с нарушениями слуха.
42. Клинико-психолого-педагогическая классификация детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
43. Особенности обучения движениям детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
44. Развитие двигательных способностей детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
45. Клинико-психолого-педагогическая классификация детей со сложными нарушениями.
46. Особенности обучения движениям детей со сложными нарушениями.
47. Развитие двигательных способностей детей со сложными нарушениями.
48. Формы работы школы с семьей по вопросам адаптивного физического воспитания.
49. Разработка программ сотрудничества школы с семьей по адаптивному физическому воспитанию.
50. Помещения, площадки, инвентарь и оборудование для занятий по адаптивному физическому воспитанию детей школьного возраста.
51. Определение физической нагрузки по динамике пульса на занятиях по адаптивному физическому воспитанию детей школьного возраста.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс		Всего	Аудиторные занятия	Самостоятель

обучения	Название разделов и тем	(часов)	Лекции	Практические занятия	ная работа
Раздел 1. Введение.		34	6	8	20
Второй	Тема 1.1. Теоретические основы адаптивного физического воспитания детей школьного возраста.	10	2	2	6
Второй	Тема 1.2. Система обучения и воспитания школьников с ограниченными возможностями в Российской Федерации.	10	2	2	6
Второй	Тема 1.3. Виды, причины и классификация нарушений развития человека.	14	2	4	8
Раздел 2. Теория и организация адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста.		110	24	28	58
Второй	Тема 2.1. Организация адаптивной физической культуры в школе.	18	4	4	10
Второй	Тема 2.2. Принципы адаптивного физического воспитания детей школьного возраста.	10	2	2	6
Второй	Тема 2.3. Средства и методы физического воспитания детей школьного возраста.	8	2	2	4
Второй	Тема 2.4. Формы адаптивного физического воспитания детей школьного возраста.	8	2	2	4
Второй	Тема 2.5. Обучение движениям школьников с сенсорными нарушениями.	14	2	4	8
Второй	Тема 2.6. Развитие двигательных способностей школьников с сенсорными нарушениями.	8	2	2	4
Второй	Тема 2.7. Обучение движения школьников с нарушением опорно-двигательного аппарата.	12	2	4	6
Второй	Тема 2.8. Развитие двигательных способностей школьников с нарушениями опорно-двигательного аппарата.	8	2	2	4
Второй	Тема 2.9. Обучение движениям со сложными комплексными нарушениям.	8	2	2	4
Второй	Тема 2.10. Развитие двигательных способностей школьников со сложными комплексными нарушениями.	8	2	2	4
Второй	Тема 2.11. Взаимодействие школы и семьи по адаптивному физическому воспитанию с детьми.	8	2	2	4
	Итого	144	30	36	78

**Ф
О
Р
М
А
И
Т**

ОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на третьем курсе завершается экзаменом. Итоговый контроль экзамен проводится в форме ответов на вопросы систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста : учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / [С.О.Филиппова, Т.В. Волосникова, О.А.Каминский и др.] ; под ред. С.О.Филипповой. — 3-е изд., испр. и доп. — М. : Издательский центр «Академия», 2011. — 224 с.
2. Теоретические и методические основы физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста : практикум : учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / [С.О.Филиппова, О.А.Каминский, Г.Г.Лукина и др.] ; под ред. С.О.Филипповой. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательский центр «Академия», 2011. — 176 с.
3. Теория и организация адаптивной физической культуры / Под общей ред. проф. С. П. Евсеева. -3-е изд., стереотип. - М.: Советский спорт, 2010. - 291 с.: ил. 15ВМ.
4. Бегидова Т.П. Основы адаптивной физической культуры: Учебн. пособие. - М.: Физкультура и Спорт, 2007. - 192 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Абу, АтванЮ.И. Содержание комплексной программы адаптивной физической культуры для детей школьного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата: автореф. Дисс.канд.наук/Атван Ю.И.Абу.-СПб.: СПБАФК 2006.- 20 с.
2. Современные методики физической реабилитации детей с нарушением функций опорно-двигательного аппарата/ ред. Н.А. Гросс. – М.: Советский спорт, 2005. – 235 с.
3. Социальная интеграция детей с нарушениями слуха в различных видах адаптивной физической культуры: учеб. пособие/ Л.Д. Хода. – Нерюнгри, 2008. -135 с.
4. Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии: метод. пособие/ ред. Л.В. Шапкова. СПб.: Детство-Пресс, 2005. – 160 с.
5. Картавцева А.И. Комплексная программа адаптивного физического воспитания незлышашах детей в дошкольных образовательных учреждениях: учеб. пособие/ А.И. Картавцева, О.Э. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2011. 156 с.

3.38. Рабочая программа дисциплины «Адаптивное физическое воспитание студентов» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Прянишникова Ольга Альфонсовна, к.б.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель дисциплины - освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области адаптивного физического воспитания студентов и подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины

Основные задачи изучения дисциплины заключаются в формировании:

- системы знаний об адаптивном физическом воспитании студентов;
- положительной мотивации сохранения и укрепления здоровья студентов;
- знаний об основах врачебного контроля в процессе адаптивного физического воспитания студентов;
- знаний о построении учебно-воспитательного процесса адаптивного физического воспитания студентов;
- знаний о методическом обеспечении процесса физического воспитания студентов.

В структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Адаптивное физическое воспитание студентов» относится к дисциплинам вариативной части профессионального цикла профиля 1 «Адаптивное физическое воспитание» Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебный предмет «Адаптивное физическое воспитание студентов» изучается на четвертом курсе при очной форме обучения.

Учебная работа (144 часа) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий являются лекции и практические занятия. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях должна быть обеспечена возможность овладения студентами практическими навыками учебно-исследовательской работы. Внеаудиторная работа (84 часа) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих **общекультурных компетенций (ОК)**:

ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-9, ОК-10.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих **профессиональных компетенций (ПК)**:

ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-6, ПК-7, ПК-8, ПК-9, ПК-10, ПК-11, ПК-16, ПК-17, ПК-19, ПК-20, ПК-21, ПК-30, ПК-31, ПК-32, ПК-33, ПК-34, ПК-35, ПК-36, ПК-37, ПК-38, ПК-40, ПК-41, ПК-43, ПК-44.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- 1) культуру общения, основы анализа;
- 2) принципы и методы организации и управления малыми коллективами;
- 3) свои достоинства и недостатки, средства развития достоинств и устранения недостатков;
- 4) историю, закономерностей, функции, принципы, средства и методы отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры, их роль и место в общей системе физической культуры;
- 5) отечественный и зарубежный опыт адаптивной физической культуры;
- 6) морфофункциональные, социально-психологические особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп;
- 7) цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- 8) планирование содержания занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей;
- 9) средств, методов, приемов, технических средств для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся;
- 10) способы самообразования в сфере адаптивной физической культуры;
- 11) достижения психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики, индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;
- 12) потребности человека, его ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, эмоции и чувства;
- 13) закономерности 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;
- 14) задачи развивающего обучения, обеспечивающего оптимальное умственное и физическое развитие человека;
- 15) закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- 16) основ эргономики и возможностей приспособления (адаптации) внешней среды для реализации основных видов жизнедеятельности человека с отклонениями в состоянии здоровья (самообслуживание, профессиональная деятельность, культура, спорт, отдых);
- 17) закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту, заболеванию и поражению;
- 18) актуальных проблем в сфере адаптивной физической культуры;
- 19) основы организации и проведения соревнования с учетом медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификации спортсменов;
- 20) технику безопасности при проведении занятий;

уметь:

- 1) ставить цели и выбирать пути ее достижения;
- 2) логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь;
- 3) взаимодействовать с коллегами, работать в коллективе;
- 4) находить управленческие решения вне стандартных ситуаций;
- 5) критически оценить свои достоинства и недостатки, намечать пути и выбирать средства развития достоинств и устранять недостатки;

- 6) применять на практике функции, принципы, средства и методы отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры, их роли и места в общей системе физической культуры;
- 7) применять отечественный и зарубежный опыт адаптивной физической культуры;
- 8) обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям и способностям их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры;
- 9) обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры;
- 10) определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- 11) планировать содержание уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей;
- 12) применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся;
- 13) формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способы самообразования в сфере адаптивной физической культуры;
- 14) изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;
- 15) формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться;
- 16) развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов развертывания их функций, этиологии и патогенеза заболеваний;
- 17) проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов);
- 18) проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний);
- 19) организовывать и проводить соревнования с учетом медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификации спортсменов;

овладеть:

- 1) культурой мышления, способностью к общению, анализу, восприятию информации;
- 2) способностью ставить цели и выбирать пути ее достижения;
- 3) способностью к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства;
- 4) отечественным и зарубежным опытом адаптивной физической культуры;
- 5) умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры;
- 6) умением определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- 7) умением планировать содержание уроков, занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических, национальных, религиозных особенностей;
- 8) готовностью применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся;
- 9) умением формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способы самообразования в сфере адаптивной физической культуры;
- 10) умением изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий;
- 11) умением формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться;
- 12) способностью развивать психические и физические качества лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов развертывания их функций, этиологии и патогенеза заболеваний;
- 13) умением применять закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и гендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- 14) закономерностями развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту, заболеванию и поражению;
- 15) способностью осуществлять простейшие психотерапевтические приемы по профилактике прогрессирования и (или) устранению психологических комплексов, характерных для различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья;
- 16) способностью проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования;
- 17) способностью проводить обработку результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы;
- 18) способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности;
- 19) способностью составлять плановую и отчетную документацию, организовывать и проводить массовые физкультурные мероприятия и спортивные соревнования по паралимпийским, сурдлимпийским и специальным олимпийским видам спорта.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебного процесса:

- для проведения лекционных занятий - специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов);
- для проведения практических занятий - специально оборудованная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов).

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Адаптивное физическое воспитание студентов» содержит разделы:

Раздел 1. Введение.

Раздел 2. Теория и организация адаптивного физического воспитания студентов.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Раскройте содержание и значение образовательной функции адаптивной физической культуры.
2. Вертикальная структура специального образования в России.
3. Психолого-педагогическая характеристика студентов с нарушениями слуха.
4. Психолого-педагогическая характеристика студентов с нарушениями речи.
5. Психолого-педагогическая характеристика студентов с нарушениями зрения.
6. Психолого-педагогическая характеристика студентов с нарушением опорно-двигательного аппарата.
7. Деятельность кафедры физического воспитания по адаптивному физическому воспитанию студентов.
8. Коррекционная гимнастика для профилактики сколиоза.
9. Гимнастика для глаз.
10. Особенности проведения праздников в вузе по адаптивному физическому воспитанию.
11. Формирование у студентов знаний в области адаптивного физического воспитания.
12. Подобрать физические упражнения по коррекции плоскостопия.
13. Подобрать физические упражнения по коррекции сколиозов.
14. Подобрать физические упражнения по коррекции зрения.
15. Дать характеристику инвентаря и оборудования для занятий по адаптивному физическому воспитанию со студентами.

Перечень вопросов к экзамену

1. Физическая культура как учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности студента (цель, задачи, краткая характеристика основных направлений физического воспитания студентов).
2. Нормативно-правовой статус дисциплины «Физическая культура» в вузе.
3. Правовые документы, регламентирующие деятельность преподавателя высшего учебного заведения (закон о высшем и послевузовском образовании, типовое положение об образовательном учреждении, устав вуза).
4. Функции кафедры физического воспитания в вузе. Состав и структура кафедры. Должностные обязанности преподавательского состава.
5. Основы организации адаптивного физического воспитания в вузе.
6. Гуманизация и гуманитаризация образовательного процесса по адаптивному физическому воспитанию студентов.
7. Студент в личностно ориентированном образовательном процессе. Ценности образования по физической культуре.
8. Самоформирование ценностного отношения студента к физкультурно-спортивной деятельности.
9. Составляющие здоровья. Здоровый образ жизни студента и его составляющие.
10. Работоспособность студента и определяющие ее факторы. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов.
11. Факторы, влияющие на содержание, методику и общее построение вузовского курса по адаптивному физическому воспитанию студентов.
12. Требования к уровню освоения содержания курса физическое воспитание в вузе.
13. Принципы, регламентирующие деятельность по адаптивному физическому воспитанию студентов.
14. Педагогические функции по адаптивному физическому воспитанию студентов в высшем учебном заведении.
15. Особенности методики физического воспитания в различных отделениях вуза (основное, спортивное, специальное).

16. Средства, используемые в адаптивном физическом воспитании студентов.
17. Методы, используемые в адаптивном физическом воспитании студентов.
18. Теоретические и методические основы обучения двигательным действиям студентов.
19. Функции по адаптивному физическому воспитанию студентов.
20. Основные положения системы обучения и воспитания лиц с ограниченными возможностями.
21. Современные проблемы адаптивного физического воспитания студентов.
22. Структура и содержание занятий по адаптивному физическому воспитанию студентов.
23. Использование на занятиях по адаптивному физическому воспитанию студентов инновационных педагогических технологий.
24. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня студента, имеющими отклонения в состоянии здоровья.
25. Программы по адаптивному физическому воспитанию студентов.
26. Физкультурно-массовые мероприятия по адаптивному физическому воспитанию студентов.
27. Документы планирования учебной работы по адаптивному физическому воспитанию студентов (перспективный план, годовой план, программа) .
28. Методика разработки рабочей программы, конспекта занятий по адаптивному физическому воспитанию студентов.
29. Структура и содержание занятия по адаптивному физическому воспитанию студентов вуза.
30. Типы урочных занятий в вузе и особенности их структуры. Специфика организации студентов во время занятий.
31. Виды педагогического контроля студентов по адаптивному физическому воспитанию.
32. Педагогический анализ занятия по адаптивному физическому воспитанию со студентами.
33. Реализация индивидуально-дифференцированного подхода на занятиях по адаптивному физическому воспитанию студентов.
34. Материально-техническая база для проведения занятий по адаптивному физическому воспитанию со студентами.
35. Определение физической нагрузки по динамике пульса на занятиях по адаптивному физическому воспитанию со студентами.
36. Понятие, содержание и функции профессионально-прикладной физической подготовки студентов вузов.
37. Профессионально важные качества в ППФП и подходы к их развитию.
38. Профессиограмма специалиста в разработке ППФП. Профессионально-прикладная физическая подготовка и самореализация личности.
39. Специфика проведения занятий по профессионально-прикладной физической подготовке в адаптивном физическом воспитании студентов.
40. Мотивация и направленность самостоятельных занятий студентов. Выбор системы физических упражнений для самостоятельных занятий.
41. Оценка состояния сердечно-сосудистой системы студента после занятиях физической культурой.
42. Оценка состояния дыхательной системы студента при занятиях физическими упражнениями.
43. Оценка состояния опорно-двигательного аппарата студента при занятиях физическими упражнениями.
44. Физическое развитие студента, методы оценки.
45. Всесторонняя подготовка педагога к занятию по адаптивному физическому воспитанию как условие его качественного проведения.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Название разделов и тем	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятель ная работа
			Лекции	Практиче ские занятия	
Раздел 1. Введение.		34	6	8	20
Четвертый	Тема 1.1. Теоретические основы адаптивного физического воспитания студентов.	10	2	2	6
Четвертый	Тема 1.2. Социальнокультурное развитие личности студента в образовательном процессе по физической культуре.	10	2	2	6
Четвертый	Тема 1.3. Виды, причины и классификация нарушений развития студентов.	14	2	4	8
Раздел 2. Теория и организация адаптивного физического воспитания студентов.		110	24	22	64
Четвертый	Тема 2.1. Планирование и контроль в процессе адаптивного физического воспитания студентов.	18	4	4	10
Четвертый	Тема 2.2. Принципы адаптивного физического воспитания студентов.	10	2	2	6
Четвертый	Тема 2.3.Средства и методы физического воспитания студентов.	8	2	2	4
Четвертый	Тема 2.4. Формы адаптивного физического воспитания студентов.	8	2	2	4
Четвертый	Тема 2.5. Контроль и самоконтроль при занятиях физическими упражнениями	14	2	2	8
Четвертый	Тема 2.6. Методика воспитания физических качеств. Методы оценки физического развития студентов при занятиях физической культурой.	16	4	2	8
Четвертый	Тема 2.7.. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов в процессе адаптивного физического воспитания	14	4	4	10
Четвертый	Тема 2.8. Методические основы и самоконтроль в самостоятельных занятиях физическими упражнениями.	14	2	2	8
Четвертый	Тема 2.9. Психофизиологические основы повышения эффективности учебного труда и работоспособности студентов средствами физической культуры.	8	2	2	6
	Итого	144	30	30	84

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

К

урс обучения на четвертом курсе завершается экзаменом. Итоговый контроль экзамен проводится

я в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Галиев Г.А. Физическое воспитание в вузе: Учебн. Пособие / Г.А. Гилев. – М.: МГИУ, 2007. – 376 с.
2. Физическая культура /Под общей ред. М.Я. Виленского. – М.: КНОРУС, 2012. – 424 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Теория и организация адаптивной физической культуры / Под общей ред. проф. С. П. Евсеева. -3-е изд., стереотип. - М.: Советский спорт, 2010. - 291 с.: ил. 15ВМ.

2. Бегидова Т.П. Основы адаптивной физической культуры: Учебн. Пособие/ Т.П. Бегидова. - М.: Физкультура и Спорт, 2007. - 192 с.

3.39. Рабочая программа дисциплины «Психология развития» основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Таран Ирина Ивановна, к.пс.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Целью дисциплины является ознакомление будущих бакалавров адаптивной физкультуры с различными аспектами развития человека в психологии.

Задачи дисциплины

К числу первоочередных задач обучения относятся:

1. Ознакомить студентов с основными понятиями психологии развития.
2. Изучить общие закономерности и факторы развития личности.
3. Знакомство с основными периодизациями возрастного развития и принципами, лежащими в их построении.
4. Ознакомление с возрастными и индивидуально-психологическими особенностями развития человека в разные периоды онтогенеза.
5. Учить анализировать различные подходы к развитию личности.

Место дисциплины в профессиональной подготовке выпускника

Дисциплина «Психология развития» относится к вариативной части профессионального цикла профиля 1 «Адаптивное физическое воспитание». Вооружает будущего специалиста знаниями о закономерностях, механизмах и движущих силах формирования психики, знакомит с основными концепциями развития личности в зарубежной и отечественной психологии, создаёт представление об адаптации и дезадаптации поведения, знакомит с возрастными особенностями психики в разные периоды онтогенеза.

Для освоения дисциплины «Психология развития» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Педагогика и психология». Освоение данной дисциплины является необходимой основой для изучения дисциплин «Психология физической культуры», «Теория и методика физической культуры», прохождение педагогической практики.

Учебная работа (54 часа) проводится в виде аудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий являются лекции (24 часов) и семинарские занятия (30 часов). На лекционных занятиях излагается наиболее важный теоретический материал, а на семинарских занятиях закрепляются полученные знания, выполняются практические задания, осуществляется контроль самостоятельной работы.

Внеаудиторная работа (54 часа) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов и вопросов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:
ОК - 4; ОК -5; ОК - 12; ПК -3; ПК-7; ПК-12; ПК -17; ПК-19.

В результате освоения дисциплины студент должен:

знать: основные теории психического развития, механизмы и закономерности психического развития; факты и законы психического развития; основные периодизации психического развития человека; общие, специфические (при разных типах нарушений) закономерности и индивидуальные особенности психического и психофизиологического

развития; особенности строения психики и закономерности ее развития в онто - и филогенезе; закономерности становления психики человека; варианты отклонений в развитии психики человека.

уметь: определять условия, способствующие и препятствующие полноценному психическому развитию человека; анализировать структуру, содержание и динамику развития личности в каждом психологическом возрасте в целях создания благоприятных условий для обучения и воспитания детей; различать возрастную норму и отклонения от нормы в психическом развитии с целью оказания своевременной психолого-педагогической помощи и поддержки ребенку и его семье; уметь осуществлять личностно-ориентированный подход к обучению и воспитанию детей разного возраста.

овладеть: методами анализа возрастных особенностей психического развития человека в целях организации образовательного процесса.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Психология развития» содержит следующие разделы:

Раздел 1. Теоретические основы психологии развития.

Раздел 2. Психологическая характеристика отдельных периодов онтогенеза.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Цели и задачи психологии развития.
2. Закономерности психического развития.
3. Факторы психического развития.
4. Когнитивный подход к развитию психики.
5. В чём особенность психоаналитического взгляда на формирование личности?
6. Какие теории относятся к социологизаторским теориям развития личности?
7. Назовите основные положения культурно-исторической теории развития личности.
8. Назовите основные законы психического развития Л.С. Выготского.
9. В чём заключается гетерохронность психического развития?
10. Значение периодизации возрастного развития?
11. Какая деятельность является ведущей в раннем детстве?
12. Что такое кризисы развития? Какое значение они имеют?
13. Что относится к внутренним условиям социальной ситуации развития?
14. В чём заключается главная задача развития в дошкольном возрасте?
15. Назовите основные критерии школьной готовности.
16. В чём суть подросткового кризиса?
17. Какие факторы способствуют проявлению «чувства взрослости»?
18. Назовите основные критерии взрослости.
19. Охарактеризуйте основные кризисы взрослости.
20. Какие новые личностные характеристики формируются в зрелости?
21. В чём особенность интеллектуальной деятельности в зрелости?
22. Периодизация геронтогенеза.
23. Психологические факторы долгожительства.

Примерная тематика рефератов

1. Проблемы психологии развития.
2. Антропологический принцип в психологии развития (В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев).
3. Основные признаки и отличие развития от других процессов изменения.
4. Движущие силы психического развития в основные периоды жизни человека с позиций различных психологических теорий.
5. Зоопсихологический эксперимент в психологии развития.

6. Развитие классического психоанализа в работах А.Фрейд.
7. Роль социальной среды как фактора психического развития в различных научных школах.
8. Социализация личности.
9. Особенности психического развития акселератов и ретардантов.
10. Жизненные сценарии личности.
11. Близнецовый метод в психологии развития.
12. Кросскультурный метод исследований и его значение для психологии развития.
13. Специфика психического развития ребенка по сравнению с развитием животных.
14. Роль привязанности в психическом развитии ребенка.
15. Понятие развивающего обучения.
16. Среда как источник опасности в раннем возрасте.

Вопросы к зачёту

28. Психология развития как наука.
29. Развитие: сущность понятия, свойства, формы. Соотношение понятий «развитие», «созревание» «рост».
30. Механизмы и закономерности возрастного развития. Факторы развития и их характеристика.
31. Понятие возраста в психологии развития. Основные положения концепции возрастных кризисов.
32. Понятие социальной ситуации развития. Социальные ситуации развития в разные возрастные периоды онтогенеза.
33. Понятие ведущего типа деятельности, типы ведущей деятельности в разные периоды онтогенеза.
34. Психоаналитическая теория развития личности (З. Фрейд).
35. Эпигенетическая концепция развития личности (Э. Эриксон).
36. Теория социального научения (А. Бандура и Р. Уолтерс).
37. Персоногенетический подход к развитию личности (А. Маслоу, К.Роджерс).
38. Теория когнитивного развития ребенка (Дж. Брунер).
39. Учение Ж. Пиаже об интеллектуальном развитии человека.
40. Теория культурно-исторического развития психики Л.С. Выготского.
41. Периодизации психического развития на основе выделения ведущего типа деятельности (Д.Б. Эльконин).
42. Возрастная периодизация Л.С. Выготского.
43. Периодизация и детерминанты развития личности в концепции А.В. Петровского.
44. Личностные новообразования как критерий выделения возрастных периодов в концепции Л.И. Божович.
45. Модели жизненного пути человека.
46. Психологическое время личности.
47. Психологический подход к пониманию психологического здоровья личности.
48. Концепция позитивного психического здоровья.
49. Механизмы психологической защиты личности.
50. Психологическая характеристика раннего детства.
51. Психологические особенности развития детей дошкольного возраста.
52. Психологические особенности детей младшего школьного возраста.
53. Общая характеристика кризисов детства.
54. Психологическая характеристика подросткового возраста.
55. Психологическая характеристика юности.
56. Подростковый и юношеский кризисы.
57. Психологическая характеристика периода взрослости.

58. Периодизация геронтогенеза. Общая характеристика основных периодов.
 59. Психологические факторы долгожительства. Потенциалы возрастного развития.
 60. Методы исследования психологии развития.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Название разделов и тем курса	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Групп овые занятия	
РАЗДЕЛ 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ РАЗВИТИЯ					
Второй	Тема 1.1. Предмет и задачи психологии развития. Основные категории психологии развития.	16	4	4	8
Второй	Тема 1.2. Теории психического развития зарубежной психологии.	8	4	6	8
Второй	Тема 1.3. Теории психического развития в отечественной психологии.	16	4	4	8
Второй	Тема 1.4. Жизненный путь личности.	8	2	2	6
Второй	Тема 1.5. Психологическое здоровье личности.	8	2	2	6
РАЗДЕЛ 2. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОТДЕЛЬНЫХ ПЕРИОДОВ ОНТОГЕНЕЗА.					
Второй	Тема 2.1. Психологическая характеристика развития в периоды детства.	8	2	4	6
Второй	Тема 2.2. Психологические особенности развития в подростковом возрасте и юности.	8	4	6	6
Второй	Тема 2.3. Психологические особенности развития в зрелости и в период геронтогенеза.	8	2	2	6
Итого:		108	24	30	54

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачётом в третьем семестре. Зачёт проводится в форме устных ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Хилько, М.Е. Возрастная психология: краткий курс лекций / М.Е. Хилько, М.С. Ткачева. - М.: Юрайт, 2012. - 194 с.
2. Эльконин, Б.Д. Психология развития: учеб. пособие для студ. вузов / Б.Д. Эльконин. - 4-е изд., стер. - М.: Академия, 2008. - 144 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Каменская, В.Г. Детская психология с элементами психофизиологии : учеб. пособие / В.Г. Каменская. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : ФОРУМ, 2011. - 288 с.
2. Психология развития: учебник для психол. вузов / ред. Т.Д. Марцинковская. - 4-е изд., стер. - М.: Академия, 2008. - 528 с.

3.40. Рабочая программа дисциплины **«Социальная защита инвалидов»** основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» по профилю подготовки - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Шитова Лилия Шамильевна, доцент кафедры

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Целью учебной дисциплины «Социальная защита инвалидов» является изучение вопросов государственной политики в области социальной защиты инвалидов в Российской Федерации, а именно: обеспечение инвалидам равных с другими гражданами возможностей в реализации гражданских, экономических, политических и других прав и свобод, предусмотренных Конституцией Российской Федерации, а также в соответствии с общепризнанными принципами и нормами международного права и международными договорами Российской Федерации.

Задачи дисциплины

Поставленная цель достигается решением следующих задач:

Изучить теоретические положения и принципы социальной защиты инвалидов.

Подробно рассмотреть содержание основных институтов социальной защиты инвалидов таких как: I Общие положения. II. Медико-социальная экспертиза. III. Реабилитация инвалидов. IV. Обеспечение жизнедеятельности инвалидов. V. Общественные объединения инвалидов.

Проанализировать вопросы правоприменительной практики в сфере социальной защиты инвалидов.

Результаты изучения дисциплины могут быть использованы в изучении следующих дисциплин: «Право», «Социология физической культуры».

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Социальная защита инвалидов» относится к вариативной части профессионального цикла.

Учебный материал предлагаемой дисциплины является закономерным продолжением следующих прочитанных ранее циклов: «Правовые основы профессиональной деятельности».

Учебная дисциплина «Социальная защита инвалидов» призвана способствовать повышению уровня правовой культуры студентов.

На лекционных и практических занятиях изложение материала осуществляется по разделам.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-4, ОК-6, ОК-11, ОК-16, ПК-1, ПК-11, ПК- 15

В результате освоения учебной дисциплины «Социальная защита инвалидов» студенты должны:

Знать: понятийный аппарат дисциплины, содержание институтов права социальной защиты инвалидов.

Уметь: ориентироваться в системе нормативно-правовых актов, регулирующих сферу социальной защиты инвалидов.

Овладеть: навыками практического применения норм права социальной защиты инвалидов.

Материально-техническое обеспечение

Образовательный процесс происходит в учебных аудиториях. Помещения укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими

средствами для представления учебной информации студентам. Используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающих показ тематических иллюстраций во время проведения лекционных занятий.

В образовательном процессе используются мультимедийные средства, учебные фильмы, информационно-правовая программа КонсультантПлюс.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Социальная защита инвалидов» содержит разделы:

- раздел 1. Общие положения.
- раздел 2. Медико-социальная экспертиза.
- раздел 3. Реабилитация инвалидов.
- раздел 4. Обеспечение жизнедеятельности инвалидов.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. О региональных целевых программах социальной поддержки инвалидов
2. Порядок обжалования решений бюро, главного бюро, Федерального бюро
3. Письмо Минздравсоцразвития РФ от 17.05.2006 № 1417-18 «Об оплате мероприятий по реабилитации в связи с несчастным случаем на производстве или профессиональным заболеванием» (извлечение).
4. ГОСТ Р 50653-94. Виды кресло-колясок.
5. Ортопедическая обувь
6. Нормативы обеспечения инвалидов абсорбирующим бельем
7. Сигнализаторы звука световые и вибрационные.
8. Государственные стандарты на технические требования и методы испытаний бытовых реабилитационных подъемников: ГОСТ Р ИСО 10535-99, который был введен 01.01.2000.
9. Общие технические требования к приборам, аппаратам и бытовому реабилитационному оборудованию - ГОСТ Р 51265-99, который был введен 01.01.2000.
10. Ответственность за уклонение от исполнения требований к созданию условий инвалидам для беспрепятственного доступа к объектам инженерной, транспортной и социальной инфраструктур
11. Рассмотрение положений Письма Минрегиона РФ от 25.12.2006 N 14713-PM/07 «О предоставлении инвалидам и семьям, имеющим детей – инвалидов, мер социальной поддержки по оплате жилого помещения и коммунальных услуг»
12. Письмо Минобрнауки РФ N ВФ-577/06, Минздравсоцразвития РФ N 2608-ВС от 04.04.2007 «О реализации конституционного права детей -инвалидов, проживающих в детских домах – интернатах для умственно отсталых детей, на образование»
13. Профессии, наиболее подходящие для трудоустройства инвалидов Рассчитать пенсию по инвалидности по заданным параметрам.
14. Трудовая деятельность граждан пожилого возраста и инвалидов, проживающих в стационарных учреждениях социального обслуживания. Отказ от услуг стационарного учреждения социального обслуживания. Ограничения прав граждан пожилого возраста и инвалидов при оказании им социальных услуг
15. Оплата надомного, полустационарного и стационарного социального обслуживания в государственных учреждениях социального обслуживания.
16. Государственный и негосударственный сектор социального обслуживания.
17. Защита прав граждан пожилого возраста и инвалидов и ответственность за нарушение законодательства Российской Федерации о социальном обслуживании граждан пожилого возраста и инвалидов

Примерная тематика рефератов

1. Реабилитация инвалидов.
2. Медико-социальная экспертиза.
3. Обеспечение жизнедеятельности инвалидов.
4. Образование инвалидов.
5. Обеспечение инвалидов жилой площадью
6. Обеспечение занятости инвалидов
7. Материальное обеспечение инвалидов.
8. Социально-бытовое обслуживание инвалидов
9. Обеспечение беспрепятственного доступа инвалидов к объектам социальной инфраструктуры
10. Общественные объединения инвалидов.
11. Организация физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий с инвалидами.
12. Инвалидность населения Псковской области.

Перечень вопросов к зачёту

1. Понятие социальной защиты инвалидов.
2. Понятие инвалидности и инвалида.
3. Врожденная и приобретенная инвалидность.
4. Категории инвалидов.
5. Классификация инвалидности по ВОЗ.
6. Критерии и степени снижения работоспособности.
7. Функции МСЭ (ВТЭК). Категории населения, принимаемые на освидетельствование в МСЭ (ВТЭК).
8. Группы инвалидов без срока переосвидетельствования в МСЭ (ВТЭК). Сроки переосвидетельствования в МСЭ (ВТЭК).
9. Группы инвалидности по МСЭ (ВТЭК). Изменение причины инвалидности.
10. Обеспечение жизнедеятельности инвалидов.
11. Материальное обеспечение инвалидов.
12. Социальное обслуживание инвалидов. Права инвалидов.
13. Формы социального обслуживания.
14. Жилищно-бытовые льготы инвалидам.
15. Транспортное обслуживание инвалидам.
16. Понятие реабилитации инвалидов, цели и средства реабилитации.
17. Технические средства реабилитации. Классификация технических средств.
18. Федеральная база программа реабилитации инвалидов.
19. Индивидуальная программа реабилитации инвалидов.
20. Государственная служба реабилитации инвалидов.
21. Медицинская реабилитация.
22. Социальная реабилитация.
23. Профессиональная реабилитация инвалидов. Этапы реабилитации.
24. Трудоустройство инвалидов. Рациональное трудоустройство.
25. Установление квоты для приема на работу инвалидов.
26. Специальные рабочие места для трудоустройства инвалидов.
27. Условия труда инвалидов.
28. Права, обязанности и ответственность работодателей в обеспечении занятости инвалидов.
29. Обеспечение занятости инвалидов.
30. Порядок и условия признания инвалида безработным.

31. Государственное стимулирование участия предприятий и организаций в обеспечении жизнедеятельности инвалидов.
32. Установление инвалидности ребенку.
33. Воспитание и обучение инвалидов.
34. Образование инвалидов.
35. Льготы для детей-инвалидов.
36. Обеспечение беспрепятственного доступа инвалидов к информации и к объектам социальной инфраструктуры.
37. Организация физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий с инвалидами.
38. Законодательная ответственность государственных учреждений работающих с инвалидами.
39. Независимый образ жизни инвалидов. Основные концепции.
40. Кадровое обеспечение и подготовка специалистов по проблемам инвалидов.
41. Модели инвалидности. Медицинские и социальные аспекты.
42. Медицинская модель инвалидности.
43. Медико-социальная модель инвалидности.
44. Безбарьерная среда жизнедеятельности инвалидов. Шкала двигательной активности инвалида; затруднения, имеющиеся у инвалидов в связи с состоянием здоровья.
45. Уровни социальной активности у инвалидов. Категории инвалидов в соответствии с антропометрическими и эргонометрическими признаками.
46. Группы барьеров, возникающие на жизненном пути инвалидов по разным признакам.
47. Участки среды, требующие адаптации к потребностям инвалидов. Травмоопасные элементы мебели, квартиры, подъезда, улицы и т.д.
48. Особенности планировки домов-интернатов, жилых комплексов для инвалидов.
49. Мероприятия по приспособлению инвалидов в жилой среде.
50. Инвалидность населения Псковской области.
- 51.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Семинарские занятия	
Раздел 1. Общие положения					
Третий	Тема 1.1. Законодательство Российской Федерации о социальной защите инвалидов	8	2	2	4
Раздел 2. Медико-социальная экспертиза					
Третий	Тема 2.1. Общие положения о медико-социальной экспертизе	8	2	2	4
Раздел 3. Реабилитация инвалидов					
Третий	Тема 3. 1. Понятие реабилитации инвалидов	6	2	2	2
	Тема 3.2. Технические средства реабилитации инвалидов	10	2	2	6
Раздел 4. Обеспечение жизнедеятельности инвалидов					
Третий	Тема 4.1. Медицинская				

	помощь инвалидам. Обеспечение беспрепятственного доступа инвалидов к информации.	6	2	2	2
Третий	Тема 4.2 Обеспечение инвалидов жилой площадью	8	2	2	4
	Тема 4.3. Воспитание и обучение детей-инвалидов	8	2	2	4
	Тема 4.4. Обеспечение занятости инвалидов	8	2	2	4
	Тема 4.5 Материальное обеспечение инвалидов Социально-бытовое обслуживание инвалидов	10	2	2	6
	Итого:	72	18	18	36

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

6 семестр – зачет. Курс обучения завершается зачетом в соответствии с объемными требованиями. Итоговый контроль проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты, а также предполагает демонстрацию ряда необходимых умений и навыков.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Мачульская, Е.Е. Право социального обеспечения : учеб. для бакалавров / Е.Е. Мачульская. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : ИД Юрайт; Юрайт, 2012. - 575 с.
2. Антипина, Н.В. Социальная защита инвалидов в Российской Федерации: Правовое регулирование : Учеб.пособие для студ. вузов / Н.В. Антипина. - М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. - 224с.+ Прил.: с.180-222. - (Юрид. литература)

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Куфтерин, С.М. Основы социальной защиты инвалидов : Учеб. пособие / С.М. Куфтерин, В.П. Першин, С.Д. Бочаркина. - Чайковский : ЧГИФК, 2003. - 116 с.
2. Социальная защита инвалидов: Пример. программа дисциплины / Л.Н. Ростомашвили, Т.Н. Шеломанова. - М. : РИО РГУФК, 2004. - 14с.

3.41. Рабочая программа дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» по профилю подготовки - адаптивное физическое воспитание
 степень (квалификация) выпускника - бакалавр
 Форма обучения очная
 Автор-разработчик: Шитова Лилия Шамильевна, доцент кафедры

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Сформировать целостную систему знаний по правовому регулированию профессиональной деятельности, ознакомить студентов с новыми тенденциями в данной области, повысить уровень их правового сознания и правовой культуры.

Задачи дисциплины

- формировать целостное представление о новых тенденциях в разработке текущего законодательства в соответствии со стратегией развития отрасли физической культуры и спорта;
- дать представление о способах и возможностях защиты своих гражданских прав;
- привить навыки самостоятельного приобретения знаний в области права;
- служить повышению законности в деятельности организаций системы адаптивной физической культуры.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Правовые основы профессиональной деятельности» относится к вариативной части профессионального цикла.

Требования к входным знаниям, умениям и компетенциям студента формируются в процессе изучения предшествующих дисциплин: «Безопасность жизнедеятельности», «Философия», «История», «Культурология» с которыми дисциплина «Правовые основы профессиональной деятельности» логически и содержательно – методически увязана.

Результаты изучения дисциплины могут быть использованы в изучении следующих дисциплин: «Социальная защита инвалидов», «Право», «Социология физической культуры».

В рамках лекций предполагается систематическое, последовательное, монологическое изложение преподавателем учебного материала теоретического характера. Лекционный курс рассматривает:

понятие правового регулирования в сфере профессиональной деятельности, предмет, содержание, задачи дисциплины;

основные положения Конституции Российской Федерации, устанавливающие права и свободы человека и гражданина, механизмы их реализации;

нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта в профессиональной деятельности. Нормативно-правовые основы АФК;

правовое положение субъектов правового регулирования в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта;

правовые основы трудовой деятельности и социальной защиты в сфере адаптивной физической культуры;

правовой статус гражданина в условиях адаптации в обществе;

нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав в сфере адаптивной физической культуры и судебный порядок разрешения споров.

Практические занятия направлены на закрепление полученных знаний, конкретизацию и углубленную проработку лекционного материала, проверку самостоятельной работы.

Освоение курса предполагает, помимо посещения лекций и практических занятий, написание реферата на одну из предложенных тем. Самостоятельная работа направлена на

углубленное освоение тем программы, включает подготовку докладов, а также углубление знаний и навыков, полученных на практических занятиях.

Образовательный процесс происходит в учебных аудиториях. Помещения укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами для представления учебной информации студентам.

Требования к результатам освоения дисциплины.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-8, ОК- 9, ОК-11, ОК- 15, ОК-16, ОК-17, ПК-39, ПК-40, ПК-41, ПК-

45

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- основные положения Конституции Российской Федерации;
- права и свободы человека и гражданина, механизмы их реализации;
- понятия и основы правового регулирования в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта, в том числе регулирование деятельности общественных объединений физкультурно-спортивной направленности;
- основные законодательные акты и нормативные документы, регулирующие правоотношения в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта;
- основные принципы и подходы с социальной адаптации инвалидов;
- социально-правовой статус учителя, преподавателя, организатора адаптивной физической культуры и адаптивного спорта;
- порядок заключения трудового договора и основания его прекращения;
- правила оплаты труда;
- понятия дисциплинарной и материальной ответственности работника;
- виды административных правонарушений и административной ответственности;
- нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав и судебный порядок разрешения споров.

уметь:

- использовать приобретенные знания для профессионального выполнения служебных обязанностей;
- своевременно реагировать на любые противоправные действия, на основе законности принимать эффективные меры по устранению причин, способствующих их совершению;
- защищать свои права, права инвалидов в соответствии с гражданским, гражданско- процессуальным и трудовым законодательством;
- анализировать и оценивать результаты и последствия действий (бездействия) с правовой точки зрения;
- использовать нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта в профессиональной деятельности.

владеть навыками:

- работы с нормативно-правовыми актами в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта;
- анализа различных правовых явлений, юридических фактов, правовых норм и правовых отношений, являющихся объектами профессиональной деятельности в соответствующей сфере;
- анализа правоприменительной и правоохранительной практики в этой области;
- разрешения правовых проблем и коллизий, реализации норм материального и процессуального права.

Материально-техническое обеспечение

Образовательный процесс происходит в учебных аудиториях. Помещения укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими

средствами для представления учебной информации студентам. Используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающих показ тематических иллюстраций во время проведения лекционных занятий.

В образовательном процессе используются мультимедийные средства, учебные фильмы, информационно-правовая программа КонсультантПлюс.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Правовые основы профессиональной деятельности» содержит разделы:

Раздел 1. Право и законодательство

Раздел 2. Нормативно-правовые документы

Раздел 3. Труд и социальная защита

Раздел 4. Социально-правовой статус человека

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Право и законодательство.
2. Понятие правового регулирования в сфере профессиональной деятельности.
3. Предмет, содержание, задачи дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности».
4. Основные положения Конституции Российской Федерации.
5. Права и свободы человека, гражданина, механизмы их реализации (Структурно-логическая схема)
6. Нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность в области адаптивной физической культуры.
7. Понятие и основы правового регулирования в области деятельности общественных объединений физкультурно-спортивной направленности.
8. Понятие социальная помощь.
9. Виды социальной помощи по государственному страхованию.
10. Повышение квалификации переподготовки безработных граждан РФ.
11. Пенсии, их виды, условия и порядок назначения.
12. Труд и социальная защита.
13. Составление трудового договора
14. Трудовая дисциплина. Незаконная забастовка.
15. Защита гражданских прав (Составление искового заявления о восстановлении на работу)
16. Основные принципы и подходы к социальной адаптации инвалидов.
17. Социально- правовой статус учителя, преподавателя, организатора адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

Перечень вопросов к зачёту

1. Понятие правового регулирования в сфере профессиональной деятельности
2. Предмет, содержание, задачи дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности».
3. Основные положения Конституции Российской Федерации. Права и свободы человека и гражданина, механизмы их реализации.
4. Конституционные основы правового статуса личности.
5. Понятие и основы правового регулирования в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта
6. Основные законодательные акты и нормативные документы, регулирующие правоотношения в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

7. Нормативно-правовые документы субъектов, регламентирующие деятельность в области адаптивной физической культуры
8. Правовое положение субъектов сферы адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.
9. Государственные и общественные организации, занимающиеся проблемами инвалидов.
10. Регулирование деятельности общественных объединений физкультурно-спортивной направленности.
11. Внедрение адаптивной физической культуры в практику работы с лицами с отклонениями в состоянии здоровья.
12. Понятие трудового права как отрасли права. Трудовой Кодекс РФ.
13. Особенности правового регулирования трудовых отношений в области образования.
14. Основания возникновения изменения и прекращения трудового правоотношения.
15. Понятие трудового договора.
16. Стороны, содержание трудового договора.
17. Виды трудовых договоров.
18. Порядок заключения и прекращения трудового договора.
19. Виды переводов по трудовому праву, совместительство.
20. Правила оплаты труда.
21. Нормативно-правовые основы деятельности учреждений АФК (оплата труда специалистов, наполняемость групп, режим занятий и т.д.).
22. Понятие дисциплинарной и материальной ответственности работника.
23. Трудовые споры.
24. Материальная ответственность.
25. Нормативно-правовые основы защиты нарушенных прав
26. Досудебный претензионный порядок и судебный порядок разрешения споров.
27. Сроки исковой давности.
28. Административно-правовое регулирование.
29. Виды административных правонарушений. Административное принуждение. Виды административного принуждения.
30. Административная ответственность. Виды административных взысканий.
31. Повышение квалификации переподготовки безработных граждан РФ.
32. Понятие социальная помощь Виды социальной помощи по государственному страхованию.
33. Основные принципы и подходы к социальной адаптации инвалидов.
34. Понятие и виды социального обслуживания. Профессиональная ориентация инвалидов, образование и обеспечение их занятости. Профессиональная подготовка и трудоустройство инвалидов. Протезно-ортопедическая помощь Социальное обслуживание на дому и в стационарных учреждениях.
35. Пенсии, их виды, условия и порядок назначения.
36. Правовой статус учащихся образовательных учреждений. Социальная защита учащихся.
37. Права и обязанности родителей (законных представителей) в образовательных отношениях.
38. Правовое регулирование отношений, связанных с получением образования лицами с ограниченными возможностями здоровья.
39. Правовой статус работников общеобразовательных учреждений. Социально-правовой статус учителя, преподавателя, организатора адаптивной физической культуры и адаптивного спорта. Проблемы профессионального роста работников. Специфика правового регулирования трудовых, имущественных, управленческих отношений в образовательных учреждениях различных типов и видов.

40. Формы защиты прав работников образовательных учреждений, защита прав инвалидов в соответствии с гражданским, гражданско-процессуальным и трудовым законодательством.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельна я работа
			Лекции	Семинарски е занятия	
Раздел 1. Право и законодательство					
Третий	Тема 1.1. Конституция Российской Федерации - основной закон государства	8	2	2	4
Третий	Тема 1.2. Конституционные основы правового статуса личности	6	2	2	2
Раздел 2. Нормативно-правовые документы					
Третий	Тема 2.1. Нормативно- правовые документы, регламентирующие деятельность в области адаптивной физической культуры	10	2	2	6
Третий	Тема 2.2. Правовое регулирование в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта	8	2	4	4
Раздел 3. Труд и социальная защита					
Третий	Тема 3.1. Трудовое право как отрасль	10	2	2	4
Третий	Тема 3.2. Правовое регулирование трудового договора	8	2	2	4
Третий	Тема 3.3. Трудовая дисциплина. Административные правонарушения	10	2	2	6
Раздел 4. Социально-правовой статус человека					
Третий	Тема 4.1 Правовой статус гражданина в условиях адаптации в обществе. Правовой статус работников общеобразовательных учреждений	12	2	4	6
	Итого:	72	16	20	36

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачётом.5 семестр

Итоговый контроль проводится в форме ответов на вопросы, а также предполагает демонстрацию ряда необходимых умений и навыков.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Алексеев С. В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учеб. для вузов / С.В. Алексеев. - М. : Советский спорт, 2013. - 517 с.
2. Нормативное правовое обеспечение физической культуры и спорта лиц с ограниченными возможностями здоровья : сб. документов и материалов. - М. : Советский спорт, 2009. - 256 с. /

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Бахрак , И. И. Организационные, методические и правовые основы физической реабилитации : учеб. пособие / И.И. Бахрак, Г.Н. Грец. - Смоленск : СГИФК, 2003. - 151 с
- 2.Ткаченко , В. С. Медико - социальные основы независимой жизни инвалидов : учеб. пособие / В.С. Ткаченко. - М. : Дашков и К, 2010. - 384 с.

3.42. Рабочая программа дисциплины «Биохимия человека» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Тюпаев И.М., доктор биологических наук, профессор

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Формирование у будущих специалистов по адаптивной физической культуре базы знаний по химическим процессам жизнедеятельности, особенностям биохимических процессов как в период физических нагрузок, так и во время восстановления. Воспитание у студентов адекватного понимания изменений в механизмах и регуляторных процессах, происходящих в организме при наличии отклонений в состоянии опорно-двигательных систем, а также выбора, в связи с этим, соответствующих методов и программ психо-соматической реабилитации.

Задачи дисциплины

Воспитание у студентов:

- классического понимания сущности химических превращений в организме человека, лежащих в основе жизнедеятельности;
- правильного понимания сущности химических процессов, обеспечивающих сократительную функцию мышечной клетки, их зависимости от специфичности тренинга, закономерностей протекания восстановительных и адаптивных процессов;
- знаний о методах биохимического контроля, наиболее распространённых в практике физической культуры и спорта;
- навыков проведения простейших биохимических исследований, формирования массива данных, статистической и биометрической обработки полученных данных, интерпретации результатов;
- умения применять на практике полученных в области биохимии знаний для выбора наиболее эффективных средств и методов тренировок, построения тренировочного алгоритма, формулирования рационов питания, адекватного специфике и интенсивности тренинга.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

«Биохимия человека» относится к вариативной части профессионального цикла профиля адаптивное физическое воспитание. Предназначена для изучения в третьем семестре студентами второго курса дневной формы обучения по направлению подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» по профилю подготовки - адаптивное физическое воспитание.

Учебная работа проводится в течение 50 часов аудиторных занятий и 58 часов самостоятельной работы. Основные формы занятий – лекции, лабораторно-практические занятия и контрольные работы. Последние студенты выполняют в виде тестовых заданий.

Преподавание дисциплины «Биохимия человека» основывается на базовых знаниях, полученных студентами в общеобразовательных учреждениях, а также при изучении в первом семестре предмета «Химия».

Предмет «Биохимия человека» предшествует освоению таких последующих дисциплин, как «Физиология», «Основы медицинских знаний», «Валеологические основы физической культуры и рекреации», «Биомеханика».

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-13, ПК-4, ПК-13, ПК-17, ПК-18, ПК-26.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

основы строения атома и молекулы; основные классы органических и биорганических соединений; основные свойства истинных и коллоидных растворов; базовые понятия

химической кинетики и катализа; основы колориметрии, спектрофотометрии, флуориметрии, рН-метрии; сущность и возникновение жизни, основы эволюции живых организмов, происхождение человека; основы функционирования живых систем: клетку как структурную и функциональную единицу живого, самоорганизацию и самовоспроизводство клеток, основы генетики, клеточный метаболизм; понятие организма как единого целого, особенностей индивидуального развития человека, гомеостаза;

методы медико-биологического контроля и критерии оценивания состояния занимающихся;

строение, функции и медико-биологические особенности организма занимающихся физической культурой и спортом;

особенности адаптации систем организма в процессе занятий избранным видом спорта; закономерности развития спортивной формы;

методы контроля физических способностей и функционального состояния занимающихся;

возрастно-половые закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков;

анатомическое строение и функции организма человека; медико-биологические закономерности развития физических способностей

Уметь:

трансформировать в соответствии с целями деятельности законы естественнонаучных дисциплин; определять тип (типы) химической связи в молекуле; производить расчеты концентрации, скорости химической реакции; определить принадлежность вещества к конкретному классу химических соединений; объяснить влияние внешних факторов на состояния химической системы; решать задачи по генетике и экологии; использовать знания в области биологии и экологии при решении задач физического воспитания, образования, спортивно-тренировочной деятельности;

использовать информацию медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процесс занятий;

определять и применять медико-биологические факторы, определяющие эффективность деятельности в избранном виде спорта;

использовать методы контроля физических способностей и функционального состояния занимающихся;

пользоваться современными методиками метрологических измерений; пользоваться современными компьютерными программами обработки измерений в спорте; проводить анализ уровня подготовленности по результатам тестов.

овладеть:

основными методами математического моделирования и обработки информации; методами расчета молярной и весовой концентрации; основными правилами номенклатуры органических соединений; основами классификации биоорганических соединений; основными законами химической кинетики; простейшими методами химического анализа; методами теоретического и экспериментального исследования и моделирования в биологии; основными понятиями и законами в биологии;

методами диагностики индивидуальных особенностей занимающихся; навыками рационального использования специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники для получения, фиксирования и анализа показателей возможностей и способностей занимающихся;

опытом определения медико-биологических факторов, влияющих на эффективность деятельности в избранном виде спорта;

приемами коррекции физического состояния человека в процессе подготовки в избранном виде спорта;

методами контроля физических способностей и функционального состояния занимающихся;

методиками сравнительного анализа уровня подготовленности по биомеханическим и физиологическим критериям.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Биохимия человека» содержит разделы:

Раздел 1. «Межуточный обмен веществ».

Раздел 2. «Биохимия тканей и органов».

Раздел 3. «Биохимия питания».

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

Аминокислоты (заменяемые)

Аминокислоты (незаменимые).

Аминокислоты: биологическая роль и применение в питании спортсменов.

Аминокислоты: распространение в природе.

Аминокислоты: хроматография.

Баланс азота и его разновидности.

Биологическая роль белков.

Биологическое значение липидов.

Биологическое значение углеводов.

Биохимия жидкостей пищеварительного тракта. Желудочный сок. Общие сведения.

Ферменты.

Биохимия жидкостей пищеварительного тракта. Желчь. Общие сведения.

Биохимия жидкостей пищеварительного тракта. Секрет поджелудочной железы. Общие сведения. Ферменты.

Биохимия жидкостей пищеварительного тракта. Секрет тонкого кишечника. Общие сведения.

Биохимия жидкостей пищеварительного тракта. Слюна. Общие сведения. Ферменты.

Биохимия переваривания и всасывания углеводов.

Биохимия пищеварения (первая стадия катаболизма).

Биохимия пищеварения. Желудок.

Биохимия пищеварения. Тонкий отдел ЖКТ. Липиды.

Биохимия пищеварения. Тонкий отдел ЖКТ. Углеводы.

Биохимия пищеварения. Транспортные процессы.

Биохимия почек. Общие сведения. Функции почек.

Биохимия свёртывания крови. Гемостаз.

Биохимия связывания аммиака в печени.

Биохимия ферментативного процесса. Активный центр фермента. Методы измерения активности фермента.

Биохимия экскреции аммиака.

Буферные системы в организме: механизм действия.

Буферные системы крови.

Буферные системы организма (биохимическая сущность).

Выделение воды из организма.

Выделение минеральных соединений с потом и мочой.

Гипергликемия.

Гипогликемия.

Гормональные механизмы регуляции обмена веществ.

Гормоны почек. Роль в метаболизме.

История формирования современного представления о биологическом окислении.

Концентрация белка в биологических жидкостях и тканях организма.

Концентрация креатина и креатинина в биологических жидкостях и тканях организма.

Концентрация молочной кислоты в биологических жидкостях и тканях организма.

Нейрогуморальная регуляция углеводного обмена.

Обмен макро- и микроэлементов в организме.
 Общая характеристика обмена веществ и энергии.
 Основные этапы обмена веществ.
 Печень. Общие сведения. Функции печени.
 Понятие о зимогенах (проферментах).
 Понятие о ферментах как биологических катализаторах.
 Потребность человека в макро- и микро-элементах.
 Почечный клиренс.
 Принципы количественного определения экскреции креатинина из организма.
 Протеины и протеиды.
 Растворы: Классификация.
 Растворы: Свойства.
 Регуляция липидного обмена.
 Регуляция обмена воды и минеральных веществ.
 Содержание и состояние воды в тканях.
 Содержание липидов в биологических жидкостях и тканях организма.
 Содержание углеводов в биологических жидкостях и тканях организма.
 Эмульгирование и значение этого процесса в обмене липидов.
 Эритропоэтин. Роль в метаболизме.

Перечень вопросов к экзамену

1. Аминокислоты (строение и классификация).
2. Анаэробный гликолиз (метаболические схемы).
3. Анаэробный гликолиз. Метаболические пути. Энергетический эффект.
4. Аномальные метаболиты в моче. Причины появления.
5. АТФ (структура). Оптимальная концентрация в крови. Роль в энергетическом обмене.
6. АТФ, глюкоза, мочевины, креатин – формулы, концентрации в крови. Лактат, пируват, цитрат, α -кетоглутарат – формулы, концентрации в плазме крови.
7. АТФ: структура, концентрация в крови. Образование АТФ в дыхательной цепи (метаболические пути). Сопряжение окисления и фосфорилирования.
8. Ацидоз, Алкалоз.
9. Аэробное окисление углеводов в организме (метаболические схемы, формулы). Энергетический эффект аэробного окисления.
10. Белки: структура, биохимические функции. Элементарный состав белков. Заменяемые и незаменимые аминокислоты (формулы). Полноценные и неполноценные для питания белки.
11. Биологическое окисление – основной процесс диссимиляции. Современная теория биологического окисления.
12. Биосинтез аминокислот (метаболические схемы, формулы).
13. Биосинтез жирных кислот (метаболические схемы на примере синтеза пальмитата).
14. Биосинтез кетонных тел в печени.
15. Биосинтез липидов (метаболические схемы).
16. Биосинтез мочевины (метаболические схемы, формулы).
17. Биохимическая трансформация в печени чужеродных и эндогенных веществ..
18. Биохимические закономерности и особенности обмена веществ в различные периоды зрелости человека.
19. Биохимия белкового питания. Заменяемые, незаменимые аминокислоты. Полноценные, неполноценные белки.
20. Биохимия белкового обмена (метаболические схемы, формулы).
21. Биохимия белкового обмена.
22. Биохимия водного обмена.

23. Биохимия жидкостей пищеварительного тракта. Желудочный сок. Общие сведения. Ферменты.
24. Биохимия жидкостей пищеварительного тракта. Желчь. Общие сведения.
25. Биохимия жидкостей пищеварительного тракта. Секрет поджелудочной железы. Общие сведения. Ферменты.
26. Биохимия жидкостей пищеварительного тракта. Секрет тонкого кишечника. Общие сведения.
27. Биохимия жидкостей пищеварительного тракта. Слюна. Общие сведения. Ферменты.
28. Биохимия липидного обмена.
29. Биохимия минерального обмена.
30. Биохимия мочи. Общие сведения.
31. Биохимия обмена липидов.
32. Биохимия переваривания и всасывания углеводов.
33. Биохимия пищеварения (первая стадия катаболизма).
34. Биохимия пищеварения. Желудок.
35. Биохимия пищеварения. Тонкий отдел ЖКТ. Липиды.
36. Биохимия пищеварения. Тонкий отдел ЖКТ. Углеводы.
37. Биохимия пищеварения. Транспортные процессы.
38. Биохимия почек. Общие сведения. Функции почек.
39. Биохимия свёртывания крови. Гемостаз.
40. Биохимия связывания аммиака в печени.
41. Биохимия ферментативного процесса. Активный центр фермента. Методы измерения активности фермента.
42. Биохимия экскреции аммиака.
43. Буферные системы крови.
44. Буферные системы организма (биохимическая сущность).
45. Взаимосвязь между pH раствора и концентрацией в нём ионов водорода.
46. Витамины (формулы), классификация. Роль в обмене веществ.
47. Восстановительное аминирование. Метаболические схемы.
48. Гемоглобин человека содержит 0,335% железа. Каждый грамм-атом железа в составе гемоглобина при полном насыщении кислородом связывает 1 грамм-молекулу кислорода. Сколько мл кислорода могут связать 100 г гемоглобина?
49. Гликогенез. Глюконеогенез. Метаболические схемы..
50. Глюкогенная и глюконеогенная функция печени (гликогенез, глюконеогенез). Метаболические схемы. Формулы.
51. Глюконеогенез в почках. Метаболические схемы.
52. Гормоны (общее понятие). Роль гипоталамуса и гипофиза в метаболическом контроле обмена веществ. Эстрадиол, тестостерон, адреналин (формулы).
53. Гормоны почек. Роль в метаболизме.
54. Дезаминирование аминокислот (метаболические схемы, формулы).
55. Декарбоксилирование аминокислот (метаболические схемы).
56. Дзюдоистка съела шоколада в 2 раза больше её обычной ежедневной нормы (9200 кДж). Сколько времени ей придётся бегать трусцой (2100), чтобы остаться в прежней весовой категории? В скобках – энергзатраты в организме ΔG° в кДж/час.
57. Для определения содержания белка взято 0,2 г биологического материала. При отгонке отождённой пробы на приборе Сереньева на связывание азота пошло 5.3 мл 0,1 н серной кислоты. Каковы абсолютное и относительное содержания белка в пробе?
58. Для определения содержания белка взято 0,3 г биологического материала. При отгонке отождённой пробы на приборе Сереньева на связывание азота пошло 7.7 мл 0,1 н серной кислоты. Каковы абсолютное и относительное содержания белка в пробе?

59. Для определения содержания белка взято 0,3 г биологического материала. При отгонке отождённой пробы на приборе Сереньева на связывание азота пошло 8,25 мл 0,1н серной кислоты. Каковы абсолютное и относительное содержание белка в пробе?

60. Для определения содержания белка взято 0,4 г биологического материала. При отгонке отождённой пробы на приборе Сереньева на связывание азота пошло 12,8 мл 0,1 н серной кислоты. Каковы абсолютное и относительное содержания белка в пробе?

61. Для определения содержания белка взято 0,45 г биологического материала. При отгонке отождённой пробы на приборе Сереньева на связывание азота пошло 9,25 мл 0,1н серной кислоты. Каковы абсолютное и относительное содержание белка в пробе?

62. Для определения содержания белка взято 0,6 г биологического материала. При отгонке отождённой пробы на приборе Сереньева на связывание азота пошло 15,8 мл 0,1 н серной кислоты. Каковы абсолютное и относительное содержания белка в пробе?

63. Для определения содержания белка взято 2 г биологического материала. При отгонке отождённой пробы на приборе Сереньева на связывание азота пошло 5,7 мл 0,1 н серной кислоты. Каковы абсолютное и относительное содержания белка в пробе?

64. Для определения содержания белка взято 2,5 г биологического материала. При отгонке отождённой пробы на приборе Сереньева на связывание азота пошло 5,3 мл 0,1 н серной кислоты. Каковы абсолютное и относительное содержания белка в пробе?

65. Единицы выражения концентраций растворов, используемые при проведении аналитических работ в биохимических лабораториях.

66. Единицы выражения концентраций растворов, используемые при проведении аналитических работ в биохимических лабораториях. Приборы, применяемые в биохимических исследованиях.

67. Единицы, используемые для выражения активности ферментов.

68. Какая масса глюкозы должна окислиться в организме, чтобы человек мог поднять груз массой $m = 15$ кг на высоту $h = 2$ м в количестве $n = 10$ раз и сколько при этом он потеряет энергии?

69. Какое количество теплоты выделяется в организме при окислении 45 г глюкозы ($\Delta fH^\circ = 1273$ кДж/моль) до углекислого газа ($\Delta fH^\circ = 393$ кДж/моль) и воды ($\Delta fH^\circ = 286$ кДж/моль) ?

70. Какое количество теплоты выделяется в организме при окислении 50 г глюкозы ($\Delta fH^\circ = 1273$ кДж/моль) до углекислого газа ($\Delta fH^\circ = 393$ кДж/моль) и воды ($\Delta fH^\circ = 286$ кДж/моль) ?

71. Какое количество теплоты выделяется в организме при окислении 70 г глюкозы ($\Delta fH^\circ = 1273$ кДж/моль) до углекислого газа ($\Delta fH^\circ = 393$ кДж/моль) и воды ($\Delta fH^\circ = 286$ кДж/моль) ?

72. Карнитин. Роль в метаболизме липидов. Метаболические схемы.

73. Катехоламины – роль в регуляции метаболизма.

74. Качественные и количественные характеристики белков крови.

75. Кетоновые тела: образование в печени (метаболические пути, формулы). Концентрация кетоновых тел в крови.

76. Кислотно-основной баланс. рН плазмы крови.

77. Концентрация ионов H^+ в растворе – 10^{-7} г-ион/л. рН раствора - ? Каких ионов (H^+ или OH^-) в растворе больше и во сколько раз?

78. Концентрация ионов OH^- в растворе – 10^{-5} г-ион/л. рН раствора - ? Каких ионов в растворе больше и во сколько раз?

79. Креатинин. Экскреция креатинина. Креатининовый индекс.

80. Кровь. Общие сведения. Метаболическая характеристика ткани. Биохимические функции.

81. Метаболизм – определение. 3 стадии анаболизма веществ.

82. Метаболизм – определение. 3 стадии катаболизма веществ.

83. Метаболизм молочной кислоты. Глюконеогенез (метаболические схемы, формулы). Фармакологическая активизация глюконеогенеза.
84. Метаболизм этанола в печени..
85. Напишите формулы глюкозы, пирувата, лактата, АТФ и укажите оптимальные концентрации этих метаболитов в крови человека.
86. Нуклеиновые основания (формулы). Нуклеиновые кислоты. Структура нуклеиновых кислот. Схема строения НАД, ФАД, АТФ.
87. Обмен веществ и энергии. Взаимосвязь обменов веществ (основные метаболические схемы).
88. Обмен нуклеиновых кислот. Метаболические схемы.
89. Обмен энергии. Брутто энергия. Перевариваемая энергия. Метаболическая энергия. Нетто энергия. Энергия основного обмена.
90. Окисление ацетил-КоА в цикле трикарбоновых кислот (метаболические схемы, формулы). Роль цикла Кребса в обмене веществ.
91. Окисление глицерина.
92. β -окисление жирных кислот (метаболические схемы, формулы). Энергетический эффект окисления на примере пальмитиновой кислоты.
93. Переаминирование аминокислот (метаболические схемы, формулы).
94. Перечислите факторы, влияющие на скорость ферментативной реакции.
95. Печень. Общие сведения. Функции печени.
96. Почечный клиренс.
97. Рассчитайте, какое количество энергии (кДж) мы поглощаем, съедая 100 г белого хлеба, если содержание в нём белков (17,2 кДж/г), липидов (38,9 кДж/г), углеводов (17,2 кДж/г) и воды составляет в среднем 8%, 2%, 50% и 40% соответственно.
98. Рассчитайте, какое количество энергии (кДж) мы поглощаем, съедая 100 г белого хлеба, если содержание в нём белков (17,2 кДж/г), липидов (38,9 кДж/г), углеводов (38,9 кДж/г) и воды составляет в среднем 9%, 2%, 49% и 40% соответственно.
99. Рассчитайте, какое количество энергии (кДж) мы поглощаем, съедая 150 г белого хлеба, если содержание в нём белков (17,2 кДж/г), липидов (38,9 кДж/г), углеводов (17,2 кДж/г) и воды составляет в среднем 6%, 4%, 50% и 40% соответственно.
100. рН раствора – 4. Каких ионов (H^+ или OH^-) в растворе больше и во сколько раз?
101. Роль витаминов В6, С и Н (формулы) в биохимических процессах обмена веществ.
102. Роль желчных кислот в переваривании липидов.
103. рОН раствора – 4. Каких ионов (H^+ или OH^-) в растворе больше и во сколько раз?
104. рОН раствора – 7. Каких ионов (H^+ или OH^-) в растворе больше и во сколько раз?
105. Синтез гликогена из лактата (метаболические схемы).
106. Синтез и распад белков в клетке (метаболические схемы).
107. Состав и биохимическая роль буферных систем крови.
108. Уравнение произведения воды.
109. Ферментативная кинетика.
110. Ферменты (классификация, общие свойства). Биохимическая роль ферментов. Единицы выражения активности ферментов.
111. Ферменты желудочно-кишечного тракта.
112. Функциональная (структурная) единица почек. Процесс мочеобразования.
113. Характеристика общих и специфических свойств крови.
114. Цикл трикарбоновых кислот (метаболические схемы, формулы). Энергетическая эффективность.
115. Электrolитическая диссоциация воды. Ионное произведение воды. Водородный показатель (рН) и его измерение.
116. Эритропоэтин. Роль в метаболизме.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс	Наименование тем и	Всего	Аудиторные занятия	Самостоятель-

обучени я	разделов	часов	Лекции	Практические занятия	ная работа
Раздел I. «Межуточный обмен веществ».					
Второй	Тема 1. 1. Введение в биохимию. Обмен веществ и энергии.	8	2	2	4
Второй	Тема 1. 2. Биокатализ. Ферменты.	8	2	2	4
Второй	Тема 1. 3. Биокатализ. Витамины.	6	2	-	4
Второй	Тема 1. 4. Биокатализ. Гормоны.	6	2	-	4
Второй	Тема 1. 5. Обмен углеводов.	8	2	2	4
Второй	Тема 1. 6. Обмен липидов.	8	2	2	4
Второй	Тема 1.7. Обмен белков	11	4	2	5
Второй	Тема 1.8. Нуклеиновые кислоты. Синтез и распад белка. Взаимосвязь и регуляция обменов веществ.	8	2	2	4
Второй	Материал для самостоятельного изучения «Водно-минеральный обмен»	9	-	-	9
Второй	Контрольная работа № 1 «Межуточный обмен веществ».	2	-	2	-
Раздел II. «Биохимия тканей и органов».					
Второй	Тема 2. 1. Биохимия крови.	8	2	2	4
Второй	Тема 2. 2. Биохимия почек и мочи.	8	2	2	4
Второй	Тема 2. 3. Биохимия печени.	8	2	2	4
Раздел 3. «Биохимия питания»					
Второй	Тема 3. 1. Биохимия пищеварения и всасывания.	8	2	2	4
Второй	Контрольная работа № 2 «Биохимия тканей, органов и питания»	2	-	2	-
	Итого	108	26	24	58

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается экзаменом в соответствии с объёмными требованиями. Экзамен проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты, а также предполагает демонстрацию биохимических циклов, формул на доске или на компьютере с помощью программы «Химический редактор».

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Михайлов, С.С. Спортивная биохимия : учеб. для вузов и колледжей физ. культуры / С.С. Михайлов. - 6-е изд., стер. - М. : Советский спорт, 2010. - 348 с. : ил. - ISBN 978-5-9718-0504-5: 320-00.
2. Биологическая химия. Учебное пособие / Ю.Б. Филиппович, Н.И. Ковалевская, Г.А. Севастьянова и др. – М.: Академия, 2006. – 256 с.
3. Артемова, Э.К. Биохимия : учеб. пособие для самостоят. работы студ. физ. вузов / Э.К. Артемова. - М. : Физкультура и спорт, 2006. - 72 с. : ил. - (В помощь студенту) . - ISBN 5-278-00823-7: 90-00.
4. Биологическая химия : учеб. пособие для студ. вузов / ред. Н.И. Ковалевская. - М. : Академия, 2005. - 256 с.+ прил.: с.245-252. - (Высш. проф. образование) . - ISBN 5-7695-2186-4: 153-12.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Кулиненков О.С. Фармакология спорта в таблицах и схемах / О.С. Кулиненков. – М.: Советский спорт, 2011. – 192 с. (75.091/К 90).
2. Удалов, Ю.Ф. Биохимия мышечной деятельности : учеб. пособие / Ю.Ф. Удалов, Л.П. Михеева. - Малаховка : МГАФК, 2005. - 236 с.
3. Тюпаев И.М. Метаболизм мышечных белков у животных / И.М. Тюпаев. - Великие Луки, 2005. -187с.
4. Михайлов, С.С. Спортивная биохимия : учеб. для вузов и колледжей физ. культуры / С.С. Михайлов. - 2-е изд., доп. - М. : Советский спорт, 2004. - 220с. : Ил.+ Прил.: с.209-218. - ISBN 5-85009-876-3: 150-00.
5. Проскурина И. К. Биохимия / И.К. Проскурина. - М.: Владос Пресс, 2004. - С. 218-225.
6. Михайлов С.С. Спортивная биохимия: Учебник для вузов и колледжей физической культуры / С.С. Михайлов. - М.: Советский спорт, 2004. - 220 с.
7. Макарова Г.А. Фармакологическое обеспечение в системе подготовки спортсменов – 2-е издание: / Г.А. Макарова. – М.: Советский спорт, 2004. – 160 с.
8. Кулиненков Д.О. Справочник фармакологии спорта / Д.О. Кулиненков, О.С. Кулиненков. – М.: Дивизион, 2004. – 308 с.

3.43. Рабочая программа дисциплины «БИОМЕХАНИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ» основной образовательной программы направления **034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» по профилю подготовки** - адаптивное физическое воспитание
степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Дресвянкин В. И., к.п.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины.

Повышение эффективности двигательных действий человека; предупреждение травм при выполнении двигательных действий и уменьшение их последствий.

Задачи дисциплины:

1. Разработка биомеханических критериев и оценка двигательных действий лиц с отклонением в состоянии здоровья с точки зрения их эффективности в решении двигательных задачи.
2. Моделирование новых двигательных действий и оценка возможности их выполнения человеком.
3. Разработка биомеханически целесообразных тренажеров для занятий физической культурой инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
4. Разработка и улучшение спортивного снаряжения для инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья повышающего эффективность двигательных действий.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Дисциплина «Биомеханика двигательной деятельности» относится к вариативной части профессионального цикла профиля 1.Адаптивное физическое воспитание подготовки бакалавров.

Перед изучением дисциплины «Биомеханика двигательной деятельности» студенты должны владеть знаниями, умениями и компетенциями, полученными при изучении дисциплин «Естественнонаучные основы физической культуры и спорта», «Анатомия» и «Спортивная метрология».

Биомеханика двигательной деятельности предназначена для изучения студентов второго курса очной формы обучения по направлению подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (адаптивное физическое воспитание). Рекомендуется изучать в четвертом семестре. Учебная работа проводится в виде аудиторных занятий (54 часа) и самостоятельной работы (54 часа). Основными формами занятий являются лекции, семинарские и лабораторные занятия.

Студент обязан владеть дифференциальным и интегральным исчислением, исследованием функций, знать основы механики, уметь проводить анатомический анализ двигательных действий человека на базе знаний работы суставов и мышц, участвующих в движениях и умений моделировать работу совокупности мышц, организующих движения.

Дисциплина «Биомеханика двигательной деятельности» выступает в качестве пререквизита для следующих дисциплин профессионального цикла: «Безопасность жизнедеятельности», «Теория и методика избранного вида спорта», «Теория и методика обучения базовым видам спорта» «Теория и методика физической культуры», «Физиология человека».

Требования к результатам освоения дисциплины:

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование общекультурных и профессиональных компетенций: ОК-4, ОК-9, ОК-14, ПК-5, ПК-8, ПК-29, ПК-30.

Знать:

- требования к постановке цели и пути ее достижения;
- пути саморазвития и повышения квалификации;
- основные законы естественных дисциплин профессиональной деятельности;
- методы и средства обучения двигательных действий лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- современные средства, методы, приемы и технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения;
- методику развития физических качеств и методику обучения двигательным действиям лиц с отклонениями в состоянии здоровья или навсегда утраченных функций;
- основы эргономики и возможности приспособления (адаптации) внешней среды для реализации основных видов жизнедеятельности человека с отклонением в состоянии здоровья (самообслуживание, профессиональная деятельность, культура, спорт, отдых).

Уметь:

- обобщать, анализировать, воспринимать информацию;
- оценивать пути саморазвития, повышения квалификации и мастерства;
- использовать основные законы естественнонаучных дисциплин в профессиональной деятельности;
- обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры;
- оценивать состояние занимающихся;
- развивать физические качества, обучать новым способам двигательной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья, исходя из нарушений или навсегда утраченных функций;
- проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности.

Владеть:

- культурой мышления;
- путями саморазвития и повышения мастерства;
- методами математического анализа и моделирования теоретического и экспериментального исследования;
- методами обучения двигательным действиям лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- современными средствами, приемами, методами и техническими средствами с целью когнитивного и двигательного (моторного) обучения;
- методиками развития физических качеств и методами обучения двигательным действиям лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- проведение научного анализа результатов исследований и использование их в практической деятельности

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Биомеханика двигательной деятельности» содержит разделы:

Раздел 1. Общая и дифференциальная биомеханика

Раздел 2. Частная биомеханика.

Перечень контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

Тема 1.1. Что изучает биомеханика и каковы задачи спортивной биомеханики? В чем отличие механических движений человека от движений обычных материальных тел? Каковы основные направления развития биомеханики как науки?

Тема 1.2. В чем различие между понятиями «движение», «двигательное действие» и «двигательная деятельность»? Какова основная роль биомеханики в изучении двигательных действий? Перечислите основные этапы биомеханического обоснования строения двигательного действия. В чем различие между прямой и обратной задачами механики при использовании механико-математических методов исследования? Перечислите основные этапы создания теоретических (умозрительных или математических) моделей двигательного аппарата человека. В чем принципиальное различие между оптическими и механо-электрическими методиками регистрации движений человека?

Тема 1.3. В чем различие между замкнутыми и незамкнутыми кинематическими цепями? Как определить подвижность кинематической цепи? С какой целью в биомеханике используют механическую модель мышцы? Как зависят сила тяги пассивной и активной мышцы от ее длины? При каких из трех режимах мышечного сокращения (преодолевающий, изометрический

или уступающий) мышца проявляет наибольшую силу тяги? При каких соотношениях силы и скорости изменения длины мышцы (в преодолевающем режиме) наблюдается максимальная мощность ее сокращения? Почему в большинстве суставов тела человека мышцы проигрывают в силе тяги за костный рычаг, но выигрывают в скорости его движения? Какова, с биомеханической точки зрения, функция двусуставных мышц?

Тема 1.4. Какие показатели характеризуют распределение масс в теле человека? Почему у годовалого ребенка относительная высота ОЦМ тела над опорой в основной стойке больше, чем у взрослого человека? Почему быстрые сгибания и разгибания в плечевых суставах при беге на месте легче выполнять согнутыми, а не прямыми руками? В чем разница между внешними и внутренними силами в движениях человека? Почему повышение внутрибрюшного давления снижает нагрузку на позвоночник, особенно при наклоне туловища вперед? Как изменяется соотношение внутренней и внешней работы с ростом скорости в циклических локомоциях? Какие существуют способы экономии механической энергии внутри системы при движениях человека?

Тема 1.5. В чем основные трудности управления движениями человека? Чем отличается программный способ управления движениями от управления на основе обратных связей? Какие двигательные действия и на каких этапах их освоения характерны для этих способов управления? В чем суть проблемы избыточности в управлении мышечной активностью?

Тема 1.6. Перечислите основные факторы, влияющие на силовые способности человека. Почему с изменением угла в суставе изменяется внешне проявляемый момент силы мышц? Топография силы и как она связана со спортивной специализацией? Как измерить силовые возможности спортсмена? На какие фазы можно разделить время любой двигательной реакции человека и какие из них поддаются тренировке? Как связаны между собой показатели скорости и силы в одних и тех же и в разных двигательных заданиях? В чем смысл правила обратимости двигательных заданий и его значение в планировании тренировочной нагрузки? Перечислите основные факторы, определяющие выносливость спортсмена и приведите примеры. Какими способами можно повысить экономичность выполнения двигательных действий? Какими способами можно измерить активную и пассивную гибкость человека?

Тема 1.7. В чем различие между рациональностью и эффективностью спортивной техники? Каким способом можно оценить реализационную эффективность техники? Приведите пример. Как измерить показатели освоенности техники?

Тема 1.8. Как влияют размеры тела человека на его двигательные возможности? Каково соотношение созревания и научения в разные возрастные периоды? В чем различие календарного и двигательного возраста человека? В чем отличие акселератов от ретардантов? Как можно интерпретировать высокую корреляцию между ювенильными и дефинитивными показателями двигательных возможностей человека? Какие периоды в жизни человека называют сенситивными? Что означает выражение «доминантная рука»?

Тема 2.1. Каков механизм создания вращательного движения одного звена? При каких условиях можно создать или изменить вращение звена без действия на него момента внешней силы? Как проявляется действие закона сохранения кинетического момента в незамкнутой системе? Почему при выполнении вращений в фигурном катании при приближении рук к туловищу возрастает угловая скорость вращения тела? За счет каких движений можно управлять вращательным движением в безопорном положении?

Тема 2.2. Как можно количественно определить место, ориентацию и позу тела человека? Почему сохранение положения тела человека называют равновесием колебательного типа? Всегда ли изменение показателей устойчивости для твердого тела приводит к аналогичным изменениям показателей устойчивости для человека? Чем отличается статическая осанка от динамической?

Тема 2.3. Чем определяется скорость тела в циклических локомоциях и как измеряются эти показатели в различных циклических видах спорта? Почему использование движения маховых звеньев повышает эффективность отталкивания от опоры? Перечислите основные кинематические механизмы отталкивания от опоры в прыжковых упражнениях. Каков механизм

создания движущих сил при движении в наземных и водных локомоциях (в лыжных гонках, плавании, гребле и т.п.)?

Тема 2.4. От каких начальных условий зависит траектория полета спортивного снаряда? В чем смысл эффекта Магнуса? Какие свойства двигательного аппарата человека и законы механики используются при выполнении бросков и метаний по механизму хлеста? Перечислите фазы ударного действия. Какова роль ударной массы и за счет каких действий ее можно увеличить? Как измеряется целевая точность?

Перечень вопросов к зачету

1. Предмет биомеханики спорта и ее задачи.
2. Содержание биомеханики спорта (теория биомеханики спорта, метод биомеханики спорта).
3. Биомеханические характеристики тела человека и его движений. Кинематические характеристики.
4. Системы отсчета расстояния и времени.
5. Пространственные характеристики (координата точки, тела и системы тел, траектория точки).
6. Временные характеристики (момент времени, длительность движения, темп, ритм).
7. Пространственно-временные характеристики.
8. Инерционные характеристики.
9. Силовые характеристики.
10. Энергетические характеристики.
11. Строение и функции биомеханической системы двигательного аппарата.
12. Механические свойства мышц.
13. Механическое действие мышц (сила и результат тяги мышц; разновидности работы мышц).
14. Групповые взаимодействия мышц (рабочие и опорные тяги мышц; биодинамически полносвязный механизм).
15. Геометрия масс тела (общий центр масс тела человека; определение положения ОЦМ тела экспериментальным и расчетным путем).
16. Превращение и преобразование энергии в двигательных действиях.
17. Биомеханическая характеристика силовых качеств.
18. Биомеханическая характеристика скоростных качеств.
19. Биомеханическая характеристика выносливости и способы ее измерения.
20. Утомление и его биомеханическое проявление.
21. Биомеханические основы спортивной техники.
22. Биомеханические характеристики гибкости.
23. Двигательное действие как система движений (состав системы движений; пространственные и временные элементы и их подсистемы).
24. Спортивные действия (понятие об управлении).
25. Управление движений в переменных условиях (функциональные структуры двигательного действия).
26. Формирование и совершенствование систем движений.
27. Направление развития систем движений (интеграл и дифференциация, стабилизация и вариативность, стандартизация и индивидуализация, произвольность и автоматизм, фиксация и прогрессирование).
28. Динамика вращательного движения (механизм).
29. Равновесие тела (условие равновесия тела).
30. Силы, уравниваемые при сохранении положения.
31. Виды равновесия тела и его устойчивость.
32. Биодинамика осанки.
33. Механизм отталкивания от опоры.
34. Маховые движения при отталкивании.
35. Биодинамика прыжка (разбег, отталкивание, полет).
36. Биодинамика бега (полет, взаимодействие с опорой).
37. Биодинамика ходьбы (одиночная опора, двойная опора).

38. Биодинамика лыжного хода (период скольжения лыжи, период стояния лыжи).
 39. Биодинамика плавания (основные действия, подготовительные действия).
 40. Биодинамика передвижения с механическими преобразователями движений.
 41. Основы теории удара.
 42. Онтогенез моторики (созревание и научение, двигательный возраст, прогноз).
 43. Показатели технического мастерства (объем, рациональность, эффективность, освоенность, стабильность, устойчивость, автоматизированность).

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Наименование разделов и тем курса	Аудиторные занятия (час)				
	Всего	В том числе			
		Лекции	Лабораторные	Семинары	Самостоятельная работа
Раздел 1. Общая и дифференциальная биомеханика	72	12	14	10	36
Тема 1.1. Введение (предмет и история биомеханики)	4	2	-	-	2
Тема 1.2. Методы исследования в биомеханике	14	2	6	2	4
Тема 1.3. Биомеханика двигательного аппарата человека	8	2	-	2	4
Тема 1.4. Биодинамика движений человека	12	2	4	2	4
Тема 1.5. Биомеханические аспекты управления движениями человека	4	-	-	-	4
Тема 1.6. Биомеханика двигательных качеств	16	2	4	2	8
Тема 1.7 Спортивно-техническое мастерство	10	2	-	2	6
Тема 1.8. Дифференциальная биомеханика	4	-	-	-	4
Раздел 2. Частная биомеханика	36	2	14	2	18
Тема 2.1. Движения вокруг осей	10	-	6	-	4
Тема 2.2. Сохранение положения тела и движения на месте	3	1	-	-	2
Тема 2.3. Локомоторные движения	9	1	2	-	6
Тема 2.4. Перемещающие движения	14	-	6	2	6
ИТОГО:	108	14	28	12	54

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Изучение курса завершается зачетом. Обязательным условием допуска студента к зачету является сдача текущих контрольных работ по основным разделам курса и лабораторным работам.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Гавердовский, Ю.К. Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. Методология. Дидактика. – М.: Физкультура и спорт, 2007.- 912 с.
2. Дубровский, В.И. Биомеханика : учеб. для сред. и высш. учеб. заведений. / В.И. Дубровский, В.Н.Федоров.- М.: изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003.- 672 с.

3. Попов, Г.И. Биомеханика: учебник для студ. высш. учеб. заведений / Г.И.Попов.- М.: издательский центр «Академия», 2005.- 256 с.
4. Попов, Г.И. Биомеханика двигательной деятельности : учеб. для студ. учрежд. высш. проф. образования /Г.И. Попов, А.В. Самсонова.- М.: издательский центр «Академия», 2011.- 320 с.
5. Биленко, А.Г. Измерения в биомеханике физических упражнений. Практический курс [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А.Г. Биленко; НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта. – Электрон. дан. - СПб., 2010.- Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК. - Загл. с экрана.
6. Биленко, А.Г. Основы измерений в биомеханике физических упражнений. Теоретический курс [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А.Г. Биленко, Л.П. Говорков; НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Электрон. дан. - СПб., 2011.– Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК. - Загл. с экрана.
7. Воронов, И.А. Моделирование и биомеханический анализ спортивных поз и движений с применением пакетов трехмерной графики [Электронный ресурс]: учебно-метод. пособие / И.А. Воронов; НГУ физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Электрон. дан. - СПб.: [б.и.], 2010.- Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК. - Загл. с экрана.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Доронин, А.М. Предсоревновательная подготовка бегунов на средние дистанции с учетом особенностей взаимодействия опорно-двигательного аппарата с различными опорами: монография /А.М.Доронин, О.Б.Немцев, А.В.Полянский.- Майкоп.: Изд-во АГУ, 2007.- 119 с.
2. Доронин, А. М. Совершенствование биомеханической структуры двигательных действий спортсменов на основе регуляции режимов мышечного сокращения /А.М. Доронин.- 2-е изд. – Майкоп : изд-во АГУ, 2007.- 170 с.
3. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания /В.М.Зациорский.- 3-е изд.- М.: Советский спорт, 2009.- 200 с.
4. Самсонова, А.В. Моторная и сенсорная функции мышц в биомеханике локомоций: монография /А.В.Самсонова.- СПб, 2007.- 152 с.

3.44. Рабочая программа дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в АФК» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Ланская Ольга Владимировна, к.б.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основной целью изучения дисциплины «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в АФК» является получение студентами комплекса знаний для формирования навыков здорового образа жизни, так как недооценка основных положений гигиенической науки – единства организма и внешней среды, их диалектической взаимосвязи, отсутствие навыков определения влияния этих факторов на спортсмена – делает невозможным их использование в оздоровлении населения и управления тренировочным процессом на любом уровне. Говоря о совершенствовании гигиенической подготовки бакалавров адаптивной физической культуры, следует исходить из того, что она должна основываться на интеграции усвоения физиологических, биохимических, спортивно-технических знаний и умений с гигиеническими принципами физкультурно-спортивной деятельности для лиц с ограниченными возможностями и инвалидов.

Задачи дисциплины

- вооружить бакалавров адаптивной физической культуры необходимыми знаниями и навыками в области гигиенической науки;
- научить студентов целенаправленно использовать различные гигиенические факторы для повышения оздоровительного эффекта занятий физическими упражнениями (адаптивной физической культурой).

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в АФК» относится к вариативной части профессионального цикла Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебная дисциплина «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в АФК» изучается на четвертом курсе при очной форме обучения.

Учебная работа (72 часа) проводится в виде аудиторных (32 часов, из них 16 – лекционных и 16 - практических) и внеаудиторных (40 часов) занятий. Форма итогового контроля – экзамен в восьмом семестре. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях должна быть обеспечена возможность овладения студентами практическими навыками учебно-исследовательской работы в рамках изучаемой дисциплины. Внеаудиторная работа предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-8, ОК-14, ПК-3, ПК-4, ПК-11, ПК-14, ПК-15, ПК-30, ПК-32.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- цели и задачи гигиенической науки, ее роль и место в физкультурно-спортивной деятельности;
- методы оценки состояния различных факторов внешней среды и об их влиянии на организм человека при занятиях физкультурно-спортивной деятельности (адаптивной физической культурой);
- основные гигиенические требования к условиям для занятий физкультурно-спортивной деятельности (адаптивной физической культурой);
- основные гигиенические способы улучшения условий для различных видов деятельности;

уметь:

- применить гигиенические знания при оценке окружающей среды и создания оптимальных условий для учебной, производственной, бытовой деятельности и для занятий адаптивной физической культурой;
- обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальным знаниям в гигиенической области и способам их рационального применения при работе с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья.

овладеть:

- практическими навыками применения различных гигиенических факторов для повышения оздоровительного эффекта занятий адаптивной физической культурой;
- способами работы в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления, компенсации и профилактики лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебного процесса:

- для проведения лекционных и практических занятий - специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов);
- для проведения практических занятий – химические реактивы, посуда для проведения химических опытов, штативы, ионизатор воздуха, термометры для определения температуры воздуха и воды, психрометры, кататермометр.

Перечень вопросов к экзамену

1. Понятие о гигиене и санитарии, задачи гигиенической науки.
2. Методы исследования в гигиене.
3. История развития гигиенической науки.
4. Температура воздуха, ее влияние на организм. Температурные нормы при физкультурно-спортивной деятельности.
5. Влажность воздуха, влияние на организм. Показатели влажности.
6. Скорость движения воздуха, влияние на организм. Учет в спортивной практике.
7. Охлаждающая способность воздуха. Взаимовлияние показателей, обуславливающих охлаждающую способность воздуха.
8. Гигиеническое обеспечение занятий спортом (адаптивной физической культурой) в условиях низких температур и большой скорости движения воздуха.
9. Гигиеническое обеспечение занятий спортом (адаптивной физической культурой) в условиях повышенной влажности и высоких температур воздуха.
10. Гигиеническое обеспечение занятий спортом (адаптивной физической культурой) и механизмы регулирования теплового баланса организма в условиях нагревающего микроклимата и мероприятия по его поддержанию.

11. Гигиеническое обеспечение занятий спортом (адаптивной физической культурой) в условиях охлаждающего микроклимата и мероприятия по его поддержанию.
12. Солнечная радиация. Действие на организм ультрафиолетовых лучей. Действие на организм видимой и инфракрасной части спектра.
13. Ионизация воздуха. Использование ионизированного воздуха в спортивной практике.
14. Ионизирующая радиация и ее влияние на организм. Защита от ионизирующей радиации.
15. Погода, климат, акклиматизация. Акклиматизация как социально-биологический процесс. Гигиенические основы акклиматизации спортсменов к различным погодным и климатическим условиям.
16. Изменение химического состава воздуха в спортивных помещениях и мероприятия по его улучшению.
17. Посторонние химические примеси в воздухе, их влияние на организм.
18. Классификация пыли. Влияние ее на организм в зависимости от физико-химических свойств.
19. Бактериальное загрязнение воздуха спортивных сооружений. Профилактика воздушно-капельных инфекций при занятиях спортом (адаптивной физической культурой).
20. Значение воды для организма, нормы потребления.
21. Органолептические свойства воды и их гигиеническое значение.
22. Значение определения содержания кислорода и окисляемости воды при оценке качества воды.
23. Азотистые вещества в воде, их значение в определении качества воды.
24. Хлориды, сернокислые соли, соли железа как показатели качества воды. Их влияние на организм человека.
25. Иод и фтор воды, их влияние на организм.
26. Жесткость воды, влияние на организм. Учет в быту и на производстве. Коагуляция воды.
27. Характеристика источников водоснабжения.
28. Самоочищение воды в природе.
29. Источники бактериального загрязнения водоемов. Показатели загрязнения.
30. Системы водоснабжения, их сравнительная характеристика. Зоны санитарной охраны водоемов.
31. Методы очистки воды на водопроводных станциях и в турпоходах.
32. Методы обеззараживания воды на водопроводных станциях и в турпоходах.
33. Физические свойства почвы, учет их при строительстве спортивных сооружений.
34. Загрязнение почвы химическими, органическими, радиоактивными веществами. Самоочищение почвы.
35. Гигиенические требования к воде плавательных бассейнов. Система смены воды в них.
36. Физиологические основы закаливания. Общие гигиенические требования к закаливанию.
37. Физиологические функции кожи. Уход за кожей при занятиях физкультурой и спортом.
38. Общие гигиенические требования к одежде. Свойства материалов, применяемых для изготовления спортивной одежды.
39. Общие гигиенические требования к обуви и материалам, применяемым для ее изготовления.

Перечень примерных заданий для самостоятельной работы

1. Краткие исторические сведения о развитии гигиены. Зависимость этапов развития гигиены и санитарии от социально-экономических условий. Развитие гигиены в России. Роль отечественных ученых в развитии гигиенической науки. Организация государственной санитарно-эпидемиологической службы в России. Санитарное просвещение населения. Особенности проведения профилактических мероприятий в условиях рыночных отношений, при страховой и платной медицине.

2. Химический состав воздуха. Значение для организма атмосферных газов (азота, кислорода и углекислоты). Влияние на организм окиси углерода, профилактика отравлений и первая помощь при них.
3. Механические примеси в воздухе, влияние их на организм. Профилактика пневмокониозов. Санитарно-гигиенические мероприятия по охране воздушной среды в РФ (планировочные, технические, организационные). Предупредительный и текущий санитарный надзор и систематический контроль за состоянием воздушной среды.
4. Погода, климат, акклиматизация. Акклиматизация как социально-биологический процесс. Гигиенические основы акклиматизации спортсменов к различным погодным и климатическим условиям.
5. Гигиеническая характеристика почвы и ее эпидемиологическое значение. Учет состава почвы для строительства на ней спортивных сооружений. Санитарный и радиологический контроль за почвой.
6. Основные методы, используемые для оценки качества воды. Методы определения эпидемической безопасности воды.
7. Суть химического процесса «коагуляция» и возможности его использования для очистки питьевой воды и воды плавательных бассейнов.
8. Понятие об остаточном хлоре в воде и допустимые дозы его в питьевой воде и в плавательных бассейнах. Обеззараживание воды в домашних условиях (кипячение и допустимые сроки хранения воды, обработка ионами серебра). Оценка качества воды плавательного бассейна по органолептическим свойствам. Анализ работы систем очистки и обеззараживания воды в бассейне.
9. Значение санитарной охраны источников водоснабжения. Источники загрязнения водоемов. Зоны санитарной охраны.
10. Сущность закаливания. Физиологические механизмы закаливания. Основные принципы закаливания. Основные принципы закаливания (систематичность, постепенность, разнообразие средств и форм, сочетание общих и местных процедур, самоконтроль). Оценка эффективности закаливающих процедур. Особенности закаливания спортсменов различных спортивных специализаций. Школы закаливания.
11. Гигиеническая характеристика воздушных ванн и методика их применения. Закаливающее воздействие занятий физической культурой (адаптивной физической культурой) на открытом воздухе. Показания, ограничения и противопоказания для проведения закаливающих воздушных процедур в отношении лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
12. Гигиеническая характеристика закаливающих водных процедур. Гигиеническая характеристика местных водных процедур (полоскание горла, обмывание стоп, хождение босиком по росе). Показания, ограничения и противопоказания для проведения закаливающих водных процедур в отношении лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.
13. Гигиеническая характеристика и методика приема солнечных ванн. Дозировка солнечных ванн (минутный и калорийный способ). Показания, ограничения и противопоказания для проведения закаливающих водных процедур в отношении лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов. Гигиеническая характеристика искусственного ультрафиолетового облучения. Отрицательное влияние чрезмерного солнечного облучения на здоровье и работоспособность людей.
14. Понятие о личной и общественной гигиене. Значение соблюдения правил личной гигиены для укрепления здоровья и повышения спортивной (физической) работоспособности. Гигиенические требования ко сну. Сон и спортивная работоспособность. Профилактика бессонницы. Уход за телом. Особенности ухода за телом для занимающихся различными видами физических упражнений и спортом (адаптивной физической культурой). Уход за полостью рта и зубами.

15. Значение одежды для человека. Типы одежды. Общие гигиенические требования к одежде (вес ее, покрой; особенности одежды, обусловленные модой; красота ее). Функции одежды. Гигиенические свойства материалов, используемых для изготовления одежды. Особенности цвета одежды в различных климатических зонах и при занятиях различными видами спорта (адаптивной физической культурой).
16. Общие требования к обуви и материалам, используемых для ее изготовления. Предупреждение потертостей стоп. Требования к основному элементу обуви – подошве.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
1.	Введение в курс гигиены	4	2	-	2
2.	Гигиеническая характеристика воздушной среды	18	6	8	4
3.	Гигиеническая характеристика воды и почвы	24	8	8	8
4.	Гигиена закаливания. Личная гигиена. Гигиена одежды и обуви	26	-	-	26
Итого:		72	16	16	40

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на четвертом курсе в седьмом семестре завершается зачетом. Итоговый контроль (зачет) проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Бучацкая, И.Н. Практикум по дисциплине: "Система гигиенического обеспечения подготовки спортсменов" [+электрон. ресурс]: учебно-метод. пособие / И.Н. Бучацкая, Г.Н. Рудометкина, Великолукская гос. акад. физ. культуры и спорта. - Великие Луки, 2011. - 168 с.
2. Лаптев, А.П. Лекции по общей и спортивной гигиене : учеб. пособие / А.П. Лаптев, С.А. Полиевский, О.В. Григорьева. - 3-е изд. - М. : Физическая культура, 2010. - 383 с.
3. Лаптев, А.П. Лекции по общей и спортивной гигиене : учеб. пособие / А.П. Лаптев, С.А. Полиевский, О.В. Григорьева. - М. : Физическая культура, 2006. - 384с.
4. Вайнбаум, Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студ. вузов / Я.С. Вайнбаум, В.И. Коваль, Т.А. Родионова. - М. : Академия, 2005. - 240 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Любошенко, Т.М. Возрастная анатомия, физиология и гигиена: учебное пособие / Т.М. Любошенко, Н.И. Ложкина. – Ч. 1. – Омск: СибГУФК, 2012. – 200 с.
2. Коваль, В.И. Гигиена физического воспитания и спорта : учебник для студ.вузов / В.И. Коваль, Т.А. Родионова. - М. : Академия, 2010. - 320 с.
3. Кудрявцева, Л.М. Гигиена: учебно-метод. пособие / Л.М. Кудрявцева, Е.Ф. Сурина-Марышева, Ю.В. Цветкова. - Челябинск : Уральская академия, 2010. - 100 с.
4. Павлов С.Е. Физиологические основы подготовки квалифицированных спортсменов [Электронный ресурс]: учебное пособие по курсу дисциплины «Спортивная медицина» для студентов ВУЗов физической культуры, обучающихся по специальности 032101

«Физическая культура и спорт» - Малаховка: МГАФК, 2010. Режим доступа : <http://www.iqlib.ru>. - Загл. с экрана.

5. Шмони́на, О.Н. Избранные лекции по гигиене : учеб. пособие / О.Н. Шмони́на. - Хабаровск : ДВГАФК, 2009. - 99 с.
6. Питание спортсменов: руководство для профессиональной работы с физически подготовленными людьми : учеб. пособие / ред. К.А. Розенблюм. - Киев : Олимпийская литература, 2005. - 535с.+ прил.: с.527-535.
Богданов К., Мурашов Ю., Николози Р. Русская литература и медицина: Тело, предписания, социальная практика. - Москва: Новое издательство, 2005. - 304 с.

3.45. Рабочая программа дисциплины «Врачебный контроль в АФК» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Ланская Ольга Владимировна, к.б.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основная цель дисциплины «Врачебный контроль в АФК» - ознакомить будущих бакалавров адаптивной физической культуры с основами фундаментальных знаний в области теории и организации врачебного контроля, теоретической и практической подготовки их к работе в этой области с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, и инвалидами.

Задачи дисциплины

- Ознакомить бакалавров адаптивной физической культуры с основами фундаментальных знаний в области теории и организации врачебного контроля, целостного осмысления методологических подходов и общих закономерностей данного вида деятельности;
- обеспечить освоение бакалаврами адаптивной физической культуры теоретических знаний, средств и методов врачебного контроля с инвалидами различных нозологических групп и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, овладение практическими навыками и применение их в практической деятельности;
- сформировать у студентов стремление к самостоятельности и творчеству в процессе обучения, обеспечить освоение ими творческой деятельности и привлечение их к научно-исследовательской работе.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Врачебный контроль в АФК» относится к вариативной части профессионального цикла Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебная дисциплина «Врачебный контроль в АФК» изучается на четвертом курсе при очной форме обучения.

Учебная работа (108 часов) проводится в виде аудиторных (40 часов, из них 20 – лекционных и 20 - практических) и внеаудиторных (68 часов) занятий. Форма итогового контроля – экзамен в седьмом семестре. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях должна быть обеспечена возможность овладения студентами практическими навыками учебно-исследовательской работы в рамках изучаемой дисциплины. Внеаудиторная работа предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-8, ОК-14, ПК-3, ПК-4, ПК-14, ПК-15, ПК-25-28, ПК-30, ПК-32, ПК-41, ПК-43.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- нормативно-правовую базу и организацию врачебного контроля в Российской Федерации;
- цели и задачи врачебного контроля, его роль и значение в системе комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;
- методические приемы, средства и методы, используемые в практике врачебного контроля;
- показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам у различных групп инвалидов, принципы выбора методов и методики выполнения функциональных исследований у инвалидов различных нозологических групп;
- методы тестирования физической работоспособности и тренированности;

- особенности врачебного контроля за инвалидами разного пола, возраста, характера дефекта или патологии, занимающимися адаптивной физической культурой;
- медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях за лицами с отклонениями в состоянии здоровья;
- цель, задачи и организацию допинг-контроля в системе медицинского обеспечения международных спортивных соревнований;
- спортивно-медицинскую классификацию инвалидов;

уметь:

- применять на практике средства и методы антропометрического обследования инвалидов, осуществлять анализ полученных результатов, формулировать выводы;
- выполнять простейшие функциональные пробы, анализировать полученные результаты, интерпретировать их применительно к задачам физической тренировки;
- формулировать задачи, подбирать адекватные средства и методы регулирования физической нагрузки в процессе занятий физической культурой и спортивной деятельностью лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов;
- осуществлять врачебно-педагогические наблюдения за лицами разного пола, возраста, с различной патологией и дефектами на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях;
- организовывать и проводить научно-исследовательскую работу, обосновывать проблему, цель и задачи работы, подбирать адекватные методы исследования, анализировать результаты, правильно формулировать выводы;

овладеть:

- способами обеспечения условий для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебного процесса:

- для проведения лекционных и практических занятий - специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов);
- для проведения практических занятий – наличие ростомера, весов, сантиметровых лент, калипера, спирометров, кистевого динамометра, станкового динамометра, секундомера. Необходимы также электронные и механические аппараты для измерения артериального давления, метроном, фонендоскопы, кушетка, таблица с типами реакций сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (инвалидов), бланки протоколов метода; аппаратно-программный комплекс «НС-ПсихоТест» (с использованием ряда методик для оценки состояния лиц с ограниченными возможностями, а также применяемых в области охраны здоровья и профилактики различных заболеваний).

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Основные цели и задачи врачебного контроля в адаптивной физической культуре. Основная роль и значение врачебного контроля в двигательной реабилитации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Методы и средства врачебного контроля. Роль адаптивной физической культуры в совершенствовании физического развития инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

2. Глухонмота (причины заболевания, клиническая картина, способы профилактики).

3. Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (организация медицинского

контроля во время спортивных соревнований и массовых физкультурных мероприятий, оформление допуска к соревнованиям).

4. Биомеханические методы исследования, включающие диагностические компьютерные комплексы и позволяющие осуществлять комплексный анализ параметров ходьбы, получать пространственные и временные характеристики движения, анализировать фазы шага, их изменения при ДЦП. Методы исследования деятельности мозга и оценки изменений мышечного тонуса при ДЦП.

5. Медицинский контроль на тренировках, соревнованиях, массовых физкультурных мероприятиях для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (контроль антропометрических показателей, функционального состояния организма по основным физиологическим показателям; признаки утомления и перенапряжения организма).

6. Штрафные санкции к спортсменам за применение запрещенных препаратов и методов. Нормативно-правовая база развития спортивной медицины.

7. Спортивно-медицинская классификация спортсменов-инвалидов с нарушением мозговой двигательной системы и отнесенных к категории «Прочие».

Перечень вопросов к экзамену

1. Адаптивная физическая культура для инвалидов с патологией опорно-двигательной системы (показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам).
2. Адаптивная физическая культура для инвалидов с патологией органов зрения (показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам).
3. Адаптивная физическая культура для инвалидов с патологией органов слуха (показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам).
4. Адаптивная физическая культура для инвалидов со сниженным интеллектом (показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам).
5. Методы обследования инвалидов с поражением опорно-двигательной системы.
6. Функциональные методы исследования в практике врачебного контроля.
7. Функциональный контроль после ампутации конечностей.
8. Влияние физических упражнений на функциональное состояние организма и восстановление нарушенных функций у инвалидов с поражением опорно-двигательной системы.
9. Патофизиологические изменения, развивающиеся вследствие спинно-мозговой травмы.
10. Влияние специфических факторов риска на инвалидов, перенесших спинно-мозговую травму, при занятиях физическими упражнениями.
11. Функциональный контроль при поражении спинного мозга (нагрузочные тесты).
12. Детские церебральные параличи (причины развития, классификация двигательного и интеллектуального развития при ДЦП).
13. Функциональный контроль при детских церебральных параличах.
14. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы инвалидов, перенесших ампутации конечностей.
15. Велоэргометрическое тестирование инвалидов, перенесших ампутации конечностей.
16. Тредмил-тестирование инвалидов, перенесших ампутации конечностей.
17. Оценка энергозатрат при ходьбе на протезе.
18. Влияние протеза на состояние опорно-двигательной системы.
19. Оценка анатомо-функционального подобия системы «человек и протез» и здорового человека.
20. Причины распространения допингов в спорте.
21. Классы фармакологических веществ, запрещённых для использования в спорте.
22. Классы препаратов ограниченного использования и запрещенные методы в спорте.
23. Основные и побочные действия стимуляторов центральной нервной системы.
24. Основные и побочные действия наркотических веществ.
25. Основные и побочные действия анаболических стероидов.
26. Основные и побочные действия пептидных гормонов.
27. Основные и побочные действия диуретиков.
28. Антидопинговый контроль. Общие положения правил допинг-контроля.
29. Процедура антидопингового контроля.

30. Ответственность за назначение лекарственных средств спортсменам.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Практические занятия	
1	Тема 1. Показания, ограничения и противопоказания к физическим нагрузкам для инвалидов по зрению, слуху, с поражением опорно-двигательной системы, умственной отсталостью	26	2	4	20
2	Тема 2. Методы оценки физического развития и функциональных возможностей инвалидов с поражением опорно-двигательной системы	28	4	6	18
3	Тема 3. Нагрузочные тесты и критерии контроля инвалидов, перенесших ампутации конечностей	20	6	4	10
4	Тема 4. Биомеханические методы контроля двигательных функций в связи с протезированием	6	2	4	-
5	Тема 5. Допинги. Антидопинговый контроль	16	4	2	10
6	Тема 6. Спортивно-медицинские классификации спортсменов-инвалидов	12	2	-	10
Итого:		108	20	20	68

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на четвертом курсе в седьмом семестре завершается экзаменом. Итоговый контроль (экзамен) проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА**Рекомендуемая литература (основная)**

5. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы : учеб. пособие / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, А.И. Малышев [и др.]. - М.: Советский спорт, 2010. - 488 с.
6. Андриянова, Е.Ю. Вопросы общей и спортивной фармакологии [+электрон. ресурс] : учеб. пособие / Е.Ю. Андриянова, Великолукская гос. акад. физ. культуры и спорта. - Великие Луки, 2009. - 101 с.
7. Табель оснащения спортивных сооружений массового пользования спортивным оборудованием и инвентарем по видам спорта среди инвалидов / сост. Ю.Н. Верхало. - М. : Советский спорт, 2008. - 248 с.

8. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: Примерная программа дисциплины для спец. 022500 (адаптивная физкультура) / сост. С.Ф. Курдыбайло, С.П. Евсеев. - М. : РИО РГУФК, 2004. - 14 с.
9. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры: Пример. программа дисциплины / С.Ф. Курдыбайло, С.П. Евсеев. - М. : РИО РГУФК, 2004. – 10 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Александри, А.Л. Врачебный контроль в АФК : Методические рекомендации для самостоятельного изучения дисциплины по специальности 032102.65 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» [Электронный ресурс]: / Александри А.Л., А.Л. Александри. - М.: РГУФКСМиТ, 2012. Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/202912?cldren=0>. - Загл. с экрана.
2. Рубцов, А.В. Адаптивный спорт : Методические рекомендации по изучению курса дисциплины «Адаптивный спорт» для студентов ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», обучающихся по специальности 032102.65 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» [Электронный ресурс]: / А.В. Рубцов, А.В. Рубцов. — М.: РГУФКСМиТ, 2012. - Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/202920?cldren=0>. - Загл. с экрана.
3. Вайнер, Э.Н. Валеология : учебник для вузов / Э.Н. Вайнер. - 4-е изд., испр. - М. : Флинта, 2006. - 416 с.
4. Вайнер, Э.Н. Валеология : учебник для вузов / Э.Н. Вайнер. - 3-е изд., испр. - М. : Флинта; Наука, 2005. - 416 с.
5. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия. В 2-х частях. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – 360 с.

3.46. Рабочая программа дисциплины «Психология болезни и инвалидности» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор - разработчик: Скляр Наталья Александровна – к.пс.н.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основной целью дисциплины «Психология болезни и инвалидности» является знакомство студентов с фундаментальными знаниями в области психологии больного, изучение закономерностей и этапов формирования внутренней картины болезни, формирование современных представлений об особенностях работы с проблемной личностью.

Задачи дисциплины

Задачи изучения данной дисциплины: создание представления о внутренней картине болезни и закономерностях ее формирования, о проблемах суицидального поведения, об особенностях внутренней картины болезни при различной патологии; формирование у студентов системы специальных знаний о биологических, индивидуально-психологических и социально-психологических факторах, влияющих на формирование внутренней картины болезни; изучение механизмов психологической защиты и совладания, лежащие в основе реакции личности на болезнь и инвалидность; овладение методами изучения внутренней картины болезни; формирование навыков работы с проблемной личностью.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина относится к вариативной части профессионального цикла профиль 1 «Адаптивное физическое воспитание».

Содержание данной учебной дисциплины тесно связано с дисциплинами «Анатомия человека», «Общая патология и тератология», «Психология и педагогика», «Психология развития», «Работа с родителями детей инвалидов».

Знания в области психологии болезни и инвалидности, особенностей работы с проблемной личностью позволяют добиваться значительного эффекта при проведении мероприятий в области адаптивной физической культуры с данной категорией лиц.

Учебная работа (108 часов) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий (54 часа) являются лекции, которые обеспечивают должный уровень теоретической и методологической подготовки будущих бакалавров, а также практические занятия, направленные на закрепление усвоенного на лекциях материала, моделирование различных ситуаций контакта с проблемной личностью и повышение коммуникативной компетентности в ходе тренинговых занятий.

Внеаудиторная работа (54 часа) предполагает самостоятельное изучение некоторых вопросов дисциплины, рефлексии знаний и умений, полученных на лекционных занятиях.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-13, ПК-3, ПК-18, ПК-21, ПК-31, ПК-34.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- научные основы психологии болезни и инвалидности;
- особенности внутренней картины болезни при различной патологии;
- индивидуально-психологические и социально-психологические факторы, влияющие на формирование внутренней картины болезни;
- механизмы психологической защиты больного и инвалида;
- особенности реакции личности на умирание;
- мотивы суицидального поведения.

уметь:

- формулировать конкретные задачи реабилитации с учетом психологических особенностей больного, инвалида;
- осуществлять психологический контроль больного;
- использовать средства и методы, необходимые для формирования здорового образа жизни на основе потребностей организма человека в физической активности и регулярности применения физических упражнений, с целью оздоровления и физического совершенствования.

овладеть:

- методами изучения внутренней картины болезни;
- навыками работы с проблемной личностью.

Материально-техническое обеспечение

Реализация учебной дисциплины «Психология болезни и инвалидности» осуществляется с использованием материально-технической базы, обеспечивающей проведение всех видов учебных занятий обучающихся, предусмотренных данным учебно-методическим комплексом:

- аудитории, оборудованные мультимедийными средствами обучения;
- современное техническое обеспечение, в частности ноутбук, проектор, настенный экран, и современные компьютерные программы (Power Point);
- помещения для проведения психологических тренингов и групповых занятий;
- психодиагностические методики: патохарактерологический диагностический опросник, опросник «Тип отношения к болезни»;
- библиотечный фонд ВУЗа, представленный учебниками, учебными пособиями, методическими разработками.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**Разделы дисциплины**

Дисциплина «Психология болезни и инвалидности» содержит разделы:

Раздел I. Теоретические вопросы психологии болезни и инвалидности.

Раздел II. Формирование первичных навыков работы с проблемной личностью. Социально-психологический тренинг

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Обоснуйте необходимость знания психологии больного для специалиста по адаптивной физической культуре.
2. Что понимал под внутренней картиной болезни Р.А. Лурия?
3. Что такое аутопластическая картина болезни? Кто ввел это понятие?
4. Дайте определения: болезнь, больной, здоровье.
5. Перечислите компоненты личностного реагирования.
6. В чем состоит биопсихосоциальный подход в изучении ВКБ?
7. Что такое соматозогнозия?
8. Перечислите этапы формирования соматозогнозии.
9. Перечислите типы соматозогнозии и психопатологического реагирования на болезнь.
10. В чем состоит роль личностно-преморбидных факторов в формировании ВКБ?
11. Как влияет острота патологии на формирование внутренней картины болезни?
12. Как влияет стадия заболевания на формирование внутренней картины болезни?
13. Какую роль играет возраст в формировании внутренней картины болезни?
14. Перечислите особенности формирования внутренней картины болезни у детей?
15. Как влияет макросоциальное окружение на формирование внутренней картины болезни?
16. Какова роль семьи в формировании внутренней картины болезни?
17. В чем особенности формирования внутренней картины болезни у инвалидов?
18. Перечислите типы отношения к болезни по А.Е. Личко, Н.Я. Иванову.
19. Какие методы исследования применяются для изучения внутренней картины болезни?
20. Что такое стресс? Назовите этапы его развития.

21. Что такое совладающее поведение?
22. Назовите базисные копинг-стратегии.
23. Что относится к средовым копинг-ресурсам?
24. Назовите личностные копинг-ресурсы.
25. Дайте определение механизмам психологических защит (ИЗ).
26. Как делятся механизмы ПЗ по уровню зрелости?
27. Перечислите протективные механизмы психологической защиты.
28. К какому классу (по уровню зрелости) психологических защит относится рационализация?
29. Дайте содержательную характеристику МПЗ «отрицание».
30. В чем состоят отличия МПЗ от совладающего поведения?
31. Какие механизмы совладания с болезнью когнитивной сферы Вы знаете?
32. Перечислите основные механизмы совладания в эмоциональной сфере?
33. Какие конструктивные поведенческие механизмы совладания Вы знаете?
34. Какая связь между типом личности и механизмами психологической защиты?
35. Как влияют механизмы психологической защиты на внутреннюю картину болезни?
36. В чем заключается экзистенциальное и психологическое значение смерти?
37. Как меняется отношение к смерти в зависимости от возраста?
38. Перечислите психогенные реакции терминальных больных.
39. Как формируется понятие смерти в детском возрасте?
40. Как строятся взаимоотношения обслуживающего персонала с умирающим ребенком и его родителями?
41. Перечислите стадии приспособления к умиранию.
42. Перечислите мотивы суицидального поведения.
43. Что относится к внутреннему суицидальному поведению?
44. Назовите этапы пресуицида.
45. В чем отличия суицидальной попытки от завершённого суицида?
46. В чем отличие истинного и демонстративно-шантажистского намерения?
47. Что такое «антисуицидальный барьер» и как он формируется?
48. Что такое парасуицид?
49. Перечислите причины суицидов.

Перечень вопросов к зачёту

1. История учения о психологии больного. Модель ВКБ по А. Гольдшейдеру и Р.А. Лурия.
2. Болезнь как проявление конфликта между сознанием и подсознанием (психоаналитический подход): К.Леви-Строс, М. Фуко, З. Фрейд о психологических механизмах лечения и преодоления болезни.
3. Теория психосоматических отношений Г. Гроддека.
4. Пионеры психосоматической медицины: Э.Симмеля, Ф. Дойча, С. Джelifфе, А.Гарма.
5. Трансцендентный опыт болезни (аксиологический подход): В.Вайцеккер, Ж.П.Сартр, А.Митчерлих, Станислав Гроф, К.Г.Юнг, Р.Ассаджоли.
6. Биопсихосоциальный подход в изучении ВКБ.
7. Понятия «здоровье», «болезнь», «больной». Реакция личности на болезнь. Компоненты личностного реагирования.
8. Понятие «соматозогнозии», этапы формирования. Адекватные и неадекватные (психопатологические) формы реагирования на болезнь.
9. Роль преморбидно-личностных особенностей в формировании ВКБ.
10. Переживания и внутренняя картина болезни в зависимости от остроты и стадии болезни.

11. Переживания и внутренняя картина болезни в зависимости от затрагиваемых органов и систем.
12. Переживания и внутренняя картина болезни в зависимости от степени инвалидизации, угрозы жизни.
13. Особенности влияния социальных факторов на формирование внутренней картины болезни. Роль медицинского персонала и ближайшего окружения на формирование внутренней картины болезни. Ятерогении.
14. Возрастной фактор в формировании ВКБ.
15. Особенности формирования внутренней картины болезни у детей.
16. Особенности формирования внутренней картины болезни у инвалидов.
17. Методы изучения внутренней картины болезни. Классификация типов отношения к болезни (по А.Е. Личко, Н.Я. Иванову, 1980, 1983).
18. Трансакциональная теория стресса и копинга Р. Лазаруса. Механизмы совладания в структуре личностного реагирования на болезнь.
19. Механизмы психологической защиты. Определение, классификация.
20. Механизмы психологической защиты и внутренняя картина болезни.
21. Механизмы психологической защиты у больных с различной патологией.
22. Содержательные характеристики протективных механизмов психологической защиты.
23. Содержательные характеристики дефензивных механизмов психологической защиты.
24. Психологическая травма и диссоциация в истории и переживании болезни.
25. Реакция личности на умирание. Стадии приспособления к умиранию.
26. Психогенные реакции терминальных больных.
27. Формирование понятия смерти в детском возрасте и реакция детей на процесс умирания.
28. Мотивы суицидального поведения.
29. Внутреннее и внешнее суицидальное поведение. «Антисуицидальный барьер».
30. Суицидальное поведение у детей и подростков.
31. Влияние социального окружения на формирование внутренней картины болезни.
32. Подходы в изучении внутренней картины болезни.
33. Внутренняя картина болезни у детей с лейкозом.
34. Внутренняя картина болезни у детей с сахарным диабетом.
35. Внутренняя картина болезни у детей с бронхиальной астмой.
36. Внутренняя картина болезни при неврозах.
37. Внутренняя картина болезни и механизмы психологической защиты у больных рецидивирующей формой язвенной болезни.
38. Формирование внутренней картины болезни у лиц с сенсорной депривацией.
39. Влияние хронической болезни на психику.
40. Психологические нарушения у онкологических больных.
41. Характер и болезнь.
42. Эвтаназия: за и против.
43. Горе и приспособление к тяжелой утрате.
44. Реакция семьи на умирающего ребенка.
45. Отношение детей и подростков к смерти родителей и родственников.
46. Современные подходы в организации помощи умирающим больным.
47. Проблема суицидов в подростковом возрасте.
48. Моральные и этические проблемы суицида.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоя- тельная работа
			Лекции	Практи- ческие занятия	
Раздел 1. Теоретические вопросы психологии болезни и инвалидности					
Второй	Тема 1.1. Внутренняя картина болезни. Болезненно- специфические переживания	10	6	4	-
Второй	Тема 1.2. Переживания и внутренняя картина болезни в зависимости от ее остроты, затрагиваемых органов и систем, степени инвалидизации, угрозы жизни	26	8	6	12
Второй	Тема 1.3. Механизмы психологической защиты (МПЗ) и совладания	22	6	4	12
Второй	Тема 1.4. Проблемы жизни и смерти	12	2	2	8
Второй	Тема 1.5. Проблема суицидального поведения	14	2	4	8
Раздел 2. Формирование первичных навыков работы с проблемной личностью. Социально- психологический тренинг					
Второй	Тема 2.1. Первичные навыки работы с проблемой личности	24	2	8	14
	ИТОГО	108	26	28	54

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачётом в четвертом семестре. Зачет проводится в форме устных ответов на вопросы, которые преподаватель задает в произвольном порядке.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Городнова, М.Ю. Психология болезни и инвалидности : учебно-метод. пособие / М.Ю. Городнова. - СПб. : СПбГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2006. - 40 с.
2. Гусейнов, А.Ш. Психология болезни и инвалидности : учеб. пособие / А.Ш. Гусейнов. - Краснодар : КГУФКСТ, 2008. - 384 с.
3. Кривицкая, Е.И. Психология и психогигиена болезни и инвалидности в адаптивной физической культуре : учеб. пособие для студ. вузов / Е.И. Кривицкая. - Смоленск : СГАФКСТ, 2009. - 244 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Марилов, В.В. Общая психопатология : учеб. пособие для студ.вузов / В.В. Марилов. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2007. - 224с.
2. Комплексная реабилитация инвалидов : учеб. пособие для студ. вузов / Т.В. Зозуля, Е.Г Свистунова, В.В. Чехихина. - М. : Академия, 2005. - 304с.

3. Погодин И.А. Суицидальное поведение: психологические аспекты [Электронный ресурс] / И.А. Погодин // Психология : учебное пособие. – Электр. Поисковая прогр. –М.: Флинта, 2011. – Режим доступа: <http://www.iglib.ru>. –Загл. С экрана
4. Гуревич П.С. Психоанализ [Электронный ресурс] / П.С. Гуревич // Психология : учебное пособие для студентов вузов. - Электр. Поисковая прогр. –М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2007. - Режим доступа: <http://www.iglib.ru>. –Загл. С экрана

3.47. Рабочая программа дисциплины «Возрастная психопатология и психоконсультирование» основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (Адаптивная физическая культура) *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Медведева О.А. - преподаватель, Скляр Н.А. – п.пс.н.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основной целью преподавания учебной дисциплины «Возрастная психопатология и психоконсультирование» является обучение студентов знанию вопросов этиологии, патогенеза и клиники психических заболеваний. Преподаватель обязан сформировать у студентов современные представления об особенностях работы с больными, страдающими психическими расстройствами, а также ознакомить их с основами организации и проведения психологического консультирования.

Задачи дисциплины

Познакомить студентов с теоретическими основами возрастной психопатологии и психоконсультирования.

Ознакомить с основами анализа и оценки симптомо-синдромологических проявлений психических заболеваний.

Изучить особенности психологической работы с лицами, имеющими нарушения психики.

Познакомить студентов с различными видами психологической помощи.

Место дисциплины в профессиональной подготовке выпускника

Дисциплина «Возрастная психопатология и психоконсультирование» относится к вариативной части профессионального цикла Профиля 1 «Адаптивное физическое воспитание».

Для освоения дисциплины «Возрастная психопатология и психоконсультирование» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения дисциплин: «Психология развития», «Психология болезни и инвалидности», «Специальная психология».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для подготовки к прохождению учебной практики и итоговой государственной аттестации.

В подготовке бакалавра адаптивной физической культуры «Возрастная психопатология и психоконсультирование» занимает важное место в свете концепции «психического здоровья». Знание особенностей работы с лицами, страдающими психическими и поведенческими расстройствами, позволяет добиваться значительного эффекта при проведении мероприятий в области адаптивной физической культуры с данной категорией лиц.

Учебная работа (40 часов) проводится в виде аудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий являются лекции и семинарские занятия. На лекционных занятиях излагается наиболее важный теоретический материал, а на семинарских занятиях студенты овладевают практическими навыками психокоррекционной деятельности, составления психокоррекционных программ, проведения психокоррекционных мероприятий и многими другими.

Внеаудиторная работа (68 часов) предполагает самостоятельное изучение некоторых вопросов дисциплины и рефлексии знаний и умений, полученных на лекционных и практических занятиях.

Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-13, ПК-3, ПК-19, ПК-21, ПК-27, ПК-31, ПК-34.

В результате освоения дисциплины студенты должны:

Знать:

- основные психопатологические симптомы и синдромы;
- основные нозологические формы психических заболеваний;
- особенности протекания психопатологических процессов в различном возрасте;
- основные подходы и особенности в работе с лицами, страдающими психическими заболеваниями;
- формы и виды психологической помощи;
- цели и задачи психологического консультирования;
- основные методы, направления, принципы организации и проведения психологического консультирования;
- формы, виды и методы психопрофилактики.

Уметь:

- применять основные подходы в работе с лицами, страдающими психическими заболеваниями;
- применять знания по формам и видам психологической помощи и уметь оказывать данную помощь;
- профессионально грамотно делать выбор методов и направлений при проведении психологического консультирования;
- создавать условия, необходимые для успешности психопрофилактики.

Овладеть:

- навыками присоединения (установления контакта) и ведения беседы с больными, имеющими психические и поведенческие расстройства;
- отдельными методиками осуществления психологической коррекции.

Материально-техническое обеспечение

Реализация учебной дисциплины «Возрастная психопатология и психоконсультирование» осуществляется с использованием материально-технической базы, обеспечивающей проведение всех видов учебных занятий обучающихся, предусмотренных данным учебно-методическим комплексом:

- аудитории, оборудованные мультимедийными средствами обучения;
 - современное техническое обеспечение, в частности ноутбук, проектор, настенный экран, и современные компьютерные программы (Power Point);
 - помещения для проведения групповых занятий;
- психодиагностические методики: ТАТ, тест Роршаха, тест Розенцвейга, цветовой тест Люшера, тест незаконченных предложений, ММРІ;
- библиотечный фонд ВУЗа, представленный учебниками, учебными пособиями, методическими разработками.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Возрастная психопатология и психоконсультирование» содержит следующие разделы:

Раздел 1. Общая психопатология.

Раздел 2. Частная психиатрия.

Раздел 3. Психологическое консультирование.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Какие понятия оценивают уровень психических расстройств, глубину и выраженность психопатологической картины заболевания?
2. Перечислите симптомы и синдромы, относящиеся к психотическому уровню реагирования.

3. Особенности обследования больного в психиатрической практике.
4. Какие понятия отражают тип психического реагирования?
5. Что понимают под дефектом в психопатологии?
6. Основные виды и процессы памяти.
7. Основные механизмы мышления.
8. Основные признаки эмоциональной лабильности.
9. Виды внимания.
10. Чем волевые действия отличаются от инстинктивных действий?
11. Этапы волевого процесса.
12. Сознание и самосознание личности, этапы его формирования.
13. Как влияет возрастной фактор на течение и исход психического заболевания?
14. Основные психопатологические синдромы, наблюдаемые в детском и подростковом возрасте?
15. Особенности работы специалистов детских психиатрических учреждений.
16. Основные принципы организации оказания психиатрической помощи в России.
17. Основные структуры, предназначенные для оказания психиатрической помощи на территории областей РФ.
18. Маскированная депрессия.
19. Особенности клинического течения и исходов инволюционных психозов.
20. Проявления декомпенсации психопатий.
21. Основные синдромы алкоголизма.
22. Стадии алкоголизма.
23. Алкогольный палимсест.
24. Интеллектуальное снижение при алкоголизме.
25. Основные алкогольные психозы.
26. Алкогольный делирий.
27. Особенности протекания алкоголизма у подростков, женщин и лиц пожилого возраста.
28. Этапы формирования наркомании.
29. Основные группы наркотических веществ.
30. В чем состоит роль эндогенной опиоидной системы мозга в развитии патологической зависимости?
31. Основные синдромы наркомании.
32. Физическая и психическая зависимость при наркомании.
33. Особенности подростковой наркомании.
34. Основные направления (школы) психоконсультирования.
35. Технические этапы психологического консультирования.
36. Основные меры профилактики психических расстройств у детей и подростков.

Перечень вопросов к экзамену

1. Предмет и задачи возрастной психопатологии.
2. Роль биологического и социального в генезе психических болезней.
3. Клинико-психопатологический метод исследования. Особенности обследования больного в психиатрической клинике.
4. Экспериментально-психологический метод исследования в психопатологии.
5. Общесоматическое и неврологическое обследование в психопатологии.
6. Возрастная динамика симптомов и синдромов психических заболеваний.
7. Восприятие. Основные виды нарушений восприятия.
8. Иллюзии и галлюцинации.
9. Память. Виды памяти. Основные виды нарушений памяти.
10. Амнезия. Основные разновидности амнезии.
11. Обманы памяти.

12. Расстройства мышления.
13. Патология ассоциативного процесса.
14. Патология суждения (навязчивые состояния, сверхценные идеи, бредовые идеи).
15. Бредовые и сверхценные идеи. Основные признаки паранойяльного, парафренического и параноидного бреда.
16. Эмоциональные нарушения. Расстройства аффективности. Патология настроения.
17. Маниакальный синдром.
18. Депрессивный синдром.
19. Внимание. Нарушения внимания.
20. Патология воли. Гипобулия, абулия, гипербулия, парабулия.
21. Расстройства влечений.
22. Синдромы нарушения сознания. Синдром оглушенности. Синдром сумеречного помрачения сознания.
23. Синдромы нарушения сознания. Онейроидный, делириозный, аментивный синдромы.
24. Основные галлюцинаторные и бредовые синдромы.
25. Аффективные синдромы. Маниакальный синдром, депрессивный синдром.
26. Самосознание. Основные признаки нарушения самосознания. Синдромы нарушения самосознания.
27. Невротические синдромы.
28. Кататонические синдромы.
29. Синдромы снижения психических процессов и свойств личности.
30. Основные группы психических заболеваний и поведенческих расстройств согласно Международной классификации болезней 10 пересмотра (МКБ-10).
31. Шизофрения. Этиология. Основные симптомы и синдромы.
32. Клинические формы шизофрении.
33. Маниакально-депрессивный психоз. Этиология, клиника.
34. Маскированная депрессия.
35. Реактивные психозы. Формы, клинические проявления.
36. Подострые реактивные психозы. Реактивная депрессия.
37. Затяжные реактивные психозы. Постреактивное развитие личности.
38. Эпилепсия. Клинические формы. Особенности течения у детей.
39. Акцентуации личности.
40. Психопатии. Основные признаки. Клинические формы и их проявления.
41. Группы психопатий: конституциональные, органические, нажитые.
42. Этиологические факторы неврозов. Особенности этиологии неврозов у детей.
43. Клинические проявления неврозов.
44. Системные неврозы.
45. Инволюционные психозы. Основные признаки инволюционных психозов.
46. Алкоголизм. Этиология, клинические проявления. Стадии алкоголизма.
47. Основные синдромы алкоголизма. Особенности течения подросткового алкоголизма.
48. Наркомании. Этапы формирования.
49. Основные синдромы наркомании. Особенности подростковой наркомании.
50. Особенности женского алкоголизма и наркомании.
51. Наркологическая помощь в России.
52. Психические расстройства при различных соматических заболеваниях.
53. Психические расстройства при черепно-мозговых травмах.
54. Психические расстройства при нейроинфекциях.
55. Психические расстройства при сосудистых заболеваниях головного мозга.
56. Основные принципы организации оказания психиатрической помощи в России.
57. Геронтологическая служба в России.
58. Особенности работы специалистов детских психиатрических учреждений.
59. Формы и виды психологической помощи.

60. Психологическое консультирование. Цели, задачи, методы.
61. Структура процесса психологического консультирования.
62. Цели и задачи психологической коррекции.
63. Психотерапия, психокоррекция. Общие и различия. Показания и противопоказания к проведению психокоррекции и психотерапии.
64. Психологическая поддержка и психологическое сопровождение. Задачи, методы, формы.
65. Основные подходы (школы) психоконсультирования.
66. Психодинамический подход в психоконсультировании. Цели и задачи. Представители.
67. Феноменологический подход в психоконсультировании. Цели, задачи, представители.
68. Поведенческий подход в психоконсультировании. Цели, задачи, представители.
69. Семейная психотерапия и семейное психоконсультирование. Цели, задачи.
70. Психологическое сопровождение инвалидов. Супервизия.
71. Этические принципы психологического консультирования. Личность консультанта.
72. Психопрофилактика. Виды, цели и задачи.
73. Виды, формы и методы психопрофилактики.
74. Первичная профилактика. Цели, задачи, формы и методы.
75. Вторичная профилактика. Цели, задачи, формы и методы.
76. Третичная профилактика. Цели, задачи, формы и методы. Реабилитация.
77. Психопрофилактика семейных отношений.
78. Психопрофилактика отклонений в личностном росте.
79. Психопрофилактика профессиональной деятельности.
80. Психопрофилактическая работа с инвалидами.
81. Психопрофилактика психических нарушений у детей и подростков.
82. Психопрофилактика наркоманий.
83. Место адаптивной физической культуры в системе профилактических и реабилитационных мероприятий у детей и подростков, страдающих психическими расстройствами.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№ кур са	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Групповые занятия	
7 семестр					
Раздел 1. Общая психопатология		42	8	8	26
четвёртый	Тема 1.1. Введение	4	1	1	2
четвёртый	Тема 1.2. Методы исследования в психиатрии.	6	1	1	4
четвёртый	Тема 1.3. Симптомы и синдромы психических расстройств	14	4	2	8
четвёртый	Тема 1.4. Возрастная динамика психопатологических симптомов и синдромов.	8	2	2	4
четвёртый	Тема 1.5. Классификация психических заболеваний.	4	-	-	4
четвёртый	Тема 1.6. Организация психиатрической помощи в России.	6	-	2	4
Раздел 2. Частная психиатрия		48	8	8	32

четвёртый	Тема 2.1. Шизофрения и маниакально-депрессивный психоз.	8	2	2	4
четвёртый	Тема 2.2. Эпилепсия.	6	1	1	4
четвёртый	Тема 2.3. Неврозы.	6	1	1	4
четвёртый	Тема 2.4. Реактивные психозы.	8	1	1	6
четвёртый	Тема 2.5. Акцентуации личности и психопатии.	6	1	1	4
четвёртый	Тема 2.6. Алкоголизм и наркомании.	6	-	-	6
четвёртый	Тема 2.7. Психические расстройства при черепно-мозговых травмах и нейроинфекции, различных соматических и сосудистых заболеваниях.	8	2	2	4
Раздел 3. Психологическое консультирование.		8	2	2	4
четвёртый	Тема 3.1. Понятие о формах и видах психологической помощи.	8	2	2	4
Раздел 4. Психопрофилактика.		10	2	2	6
четвёртый	Тема 4.1. Психопрофилактика. Основные принципы, методы и подходы к охране психического здоровья.	10	2	2	6
Итого:		108	20	20	68

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается экзаменом в седьмом семестре. Итоговый контроль (экзамен) проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Возрастная психопатология и психоконсультирование: Пример. программа дисциплины / М.Ю. Городнова. - М. : РИО РГУФК, 2004. - 22 с.
2. Государев Н.А., Клиническая психология: Учебное пособие. – М.: «Ось-89», 2007. – 144с.
3. Зверева Н.В., Горячева Т.Г. Клиническая психология детей и подростков: учебник. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 272с.
4. Марилов, В.В. Общая психопатология : учеб. пособие для студ.вузов / В.В. Марилов. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2007. - 224с.
5. Орлова Е.А., Козьяков Р.В., Козьякова Н.С., Патопсихология: учебник для бакалавров. – М.: Юрайт, 2007. – 235с.
6. Орлова Е.А., Колесник Н.Т., Клиническая психология: учебник для бакалавров. – М.: Юрайт, 2013. – 363с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Психология и психоанализ характера: хрестоматия по психологии и типологии характеров / ред. Д.Я. Райгородский. - Самара: Бахрам-М, 2005. - 640 с.
2. Бурлачук, Л.Ф. Психотерапия: психологические модели : учеб. для вузов / Л.Ф. Бурлачук, А.С. Кочарян, М.Е. Жидко. - 3-е изд., доп. - СПб. : ПИТЕР, 2009. - 496 с.

Электронные ресурсы

1. Введение / Човдырова Г.С., Клименко Т.С. / Клиническая психология. Общая часть: Учебное пособие / Москва / ЮНИТИ-ДАНА / 2010 Режим доступа: <http://www.iqlib.ru>
2. Общее понятие болезни как модели для работы клинического психолога / Човдырова Г.С., Клименко Т.С. / Клиническая психология. Общая часть: Учебное пособие / Москва / ЮНИТИ-ДАНА / 2010 Режим доступа: <http://www.iqlib.ru>

3.48. рабочая программа дисциплины «Комплексная реабилитация больных и инвалидов» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Ланская Ольга Владимировна, к.б.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основная цель дисциплины «Комплексная реабилитация больных и инвалидов» - ознакомить будущих бакалавров адаптивной физической культуры с основами и принципами комплексной реабилитации больных и инвалидов, являющейся неразрывным единством специально организованных и индивидуальных мероприятий профилактического, оздоровительного и лечебно-восстановительного характера, охватывающих все основные стороны жизнедеятельности человека (быт, труд, культуру).

Задачи дисциплины

- Сформировать у бакалавров адаптивной физической культуры знания, умения, навыки организационно-методических аспектов первичной и вторичной профилактики наиболее часто встречающихся заболеваний и видов инвалидности;
- обеспечить освоение студентами основ фундаментальных знаний о возможностях коррекции типичных факторов риска этих заболеваний с акцентом на использование естественных профилактических и лечебных средств (физической активности, рационального питания, других компонентов здорового образа жизни);
- ознакомить бакалавров с основными видами комплексной реабилитации в зависимости от: охватываемых сфер жизнедеятельности (социально-бытовая, социально-трудовая, социально-культурная), степени восстановления, применяемых технологий (медицинская, техническая, психологическая, педагогическая и др.), а также со средствами физической культуры и спорта в системе реабилитации.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Комплексная реабилитация больных и инвалидов» относится к вариативной части профессионального цикла Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебная дисциплина «Комплексная реабилитация больных и инвалидов» изучается на четвертом курсе при очной форме обучения.

Учебная работа (108 часов) проводится в виде аудиторных (46 часов, из них 20 – лекционных и 26 - практических) и внеаудиторных (62 часов) занятий. Форма итогового контроля – зачет в седьмом семестре. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях должна быть обеспечена возможность овладения студентами практическими навыками учебно-исследовательской работы в рамках изучаемой дисциплины. Внеаудиторная работа предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-8, ОК-14, ПК-3, ПК-4, ПК-14, ПК-15, ПК-25, ПК-26, ПК-27, ПК-28, ПК-30, ПК-32.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- сущность, структуру, функции, принципы, методические основы комплексной реабилитации больных и инвалидов;
- цели, задачи и виды комплексной реабилитации, роль и место физической активности в этом процессе;
- основные положения профилактической медицины, современный уровень ее развития в нашей стране;
- важнейшие факторы риска наиболее часто встречающихся заболеваний, условия, способствующие развитию патологических процессов различных органов и систем, характерные для конкретных видов (нозологических форм) инвалидности;
- особенности организации комплексной реабилитации больных и инвалидов в нашей стране и мировом обществе;

уметь:

- формулировать задачи, подбирать соответствующие средства и методы адаптивной физической культуры в процессе различных видов комплексной реабилитации;
- разрабатывать современные технологии применения физических упражнений проведения занятий во всех видах комплексной реабилитации больных и инвалидов;
- составлять программу профилактических мероприятий для больных и инвалидов с учетом их индивидуальных особенностей, показаний и противопоказаний к физической нагрузке;
- составлять содержание разделов адаптивной физической культуры в комплексной и индивидуальной программах реабилитации.

овладеть:

- способами работы в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления, компенсации и профилактики лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- методами, приемами проведения комплексов физических упражнений, применения физических факторов воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций, развития оставшихся функций.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебного процесса:

- для проведения лекционных и практических занятий - специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов);

для проведения практических занятий – аппаратно-программный комплекс «НС-ПсихоТест» (с использованием ряда методик для оценки состояния лиц с ограниченными возможностями, а также применяемых в области охраны здоровья и профилактики различных заболеваний).

Перечень вопросов к зачету

1. Основные функции реабилитации. Три этапа в процессе реабилитации.
2. Медицинский, социально-психологический, педагогический, социальный аспекты реабилитации.
3. Подвижные игры и иппотерапия в комплексной реабилитации инвалидов.
4. Использование физических факторов в медицинской реабилитации.
5. Канистерапия в комплексной реабилитации инвалидов.
6. Дельфинотерапия в комплексной реабилитации инвалидов.
7. Санаторно-курортное лечение в комплексной реабилитации инвалидов.

8. Трудотерапия больных и инвалидов.
9. Доступность для инвалидов окружающей среды.
10. Роль социального работника в деятельности общественных организаций.
11. Психосоциальная работа с инвалидами.
12. Патопсихологические особенности инвалидов с дефектами опорно-двигательного аппарата.
13. Патопсихологические особенности лиц с нарушением зрения.
14. Патопсихологические особенности глухих.
15. Комплексная реабилитация инвалидов по зрению.
16. Комплексная реабилитация инвалидов по слуху.
17. Социальная реабилитация инвалидов по зрению.
18. Реабилитация и социальное обслуживание инвалидов по слуху.
19. Комплексная реабилитация инвалидов с сердечнососудистыми заболеваниями.
20. Особенности реабилитации инвалидов с психическими нарушениями и интеллектуальной недостаточностью.

3. Перечень примерных заданий для самостоятельной работы

1. Охарактеризуйте болезни цивилизации и причины их развития.
2. Дайте характеристику основных факторов риска, особенностей их развития и взаимодействия.
3. Определите задачи первичной и вторичной профилактики заболеваний человека.
4. Охарактеризуйте основные принципы профилактической медицины.
5. Какова суть болезней с наследственным предрасположением?
6. Перечислите лечебно-профилактические мероприятия при наследственной патологии.
7. Цели и задачи лечебного питания, механизмы воздействия его на организм человека.
8. Виды лечебного питания и принципы его назначения, лечебные свойства различных пищевых продуктов.
9. Доступность для инвалидов окружающей среды. Физкультура и спорт в жизни инвалидов.
10. Социальная значимость реабилитации инвалидов. Основные направления и задачи развития системы реабилитации.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Семинарские занятия	
1	Тема 1. Реабилитация инвалидов. Медицинская реабилитация как компонент комплексной реабилитации инвалидов	46	2	4	40
2	Тема 2. Психосоциальные методы реабилитации. Инвалиды и общество	24	6	8	10

3	Тема 3. Социальная реабилитация отдельных категорий инвалидов. Технологии социальной реабилитации	38	12	14	12
	Итого:	108	20	26	62

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на четвертом курсе в седьмом семестре завершается зачетом. Итоговый контроль (зачет) проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Система контроля уровня физического развития, подготовленности, спортивных результатов и эффективности комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебно-методическое пособие [Электронный ресурс]: / Т.П. Бегидова. - Воронеж: ВГИФК, 2013. Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/229750?cldren=0>. - Загл. с экрана.
2. Комплексная реабилитация больных и инвалидов: учебное пособие / Т.Н. Федорова, А.Н. Налобина, Н.Н. Лазарева. – Омск: СибГУФК, 2012. – 170 с.
3. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы : учеб. пособие / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, А.И. Малышев [и др.]. - М.: Советский спорт, 2010. - 488 с.
4. Табель оснащения спортивных сооружений массового пользования спортивным оборудованием и инвентарем по видам спорта среди инвалидов / сост. Ю.Н. Верхало. - М. : Советский спорт, 2008. - 248 с.
5. Комплексная реабилитация инвалидов : учеб. пособие для студ. вузов / Т.В. Зозуля, Е.Г. Свистунова, В.В. Чешихина. - М. : Академия, 2005. - 304с.+ прил.: с.286-301.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Рубцов, А.В. Адаптивный спорт : Методические рекомендации по изучению курса дисциплины «Адаптивный спорт» для студентов ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», обучающихся по специальности 032102.65 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» [Электронный ресурс]: / А.В. Рубцов, А.В. Рубцов. — М.: РГУФКСМиТ, 2012. Режим доступа: <http://rucont.ru/efd/202920?cldren=0>. – Заглавие с экрана.
2. Картавцева, А.И. Комплексная программа адаптивного физического воспитания незлышащих детей в дошкольных одразовательных учреждениях : учеб. пособие / А.И. Картавцева, О.Э. Евсеева. - М. : Советский спорт, 2011. - 156 с.
3. Вайнер Э.Н. Лечебная физическая культура. Учебник - Москва: Флинта, 2009.- 424 с.
4. Никифоров А.С., Гусев Е.И. Общая неврология. - Учебное пособие - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2007. - 720 с.
5. Нормативные и руководящие документы по реабилитации инвалидов по зрению средствами физической культуры и спорта / авт.-сост. Л.П. Абрамова. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Советский спорт, 2005. – 376 с.
6. Верхало, Ю.Н. Тренажеры и устройства для восстановления здоровья и рекреации инвалидов / Ю.Н. Верхало. - М. : Советский спорт, 2004. - 536с.

3. 49. Рабочая программа дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» по профилю подготовки - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Авторы-разработчики: Бучацкая И.Н., к. биол. н, доцент; Прянишникова О.А., к. биол. н, доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основной целью освоения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» является формирование у будущих бакалавров адаптивной физической культуры глубоких теоретических знаний и практических навыков в сфере лечебной физической культуры и массажа при работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья.

Задачи дисциплины

Научиться разрабатывать, определять, планировать, реализовывать и корректировать содержание когнитивного и моторного обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом результатов оценивания физического, функционального и психического состояния занимающихся и механизмов лечебного действия физических упражнений и массажа при различных заболеваниях и травмах; проводить комплекс мероприятий по предупреждению возникновения и (или) прогрессирования первичных и вторичных заболеваний, ограничивающих возможности здоровья человека;

Место дисциплины в профессиональной подготовке выпускника

Дисциплина «Лечебная физическая культура и массаж» относится к дисциплинам вариативной части профессионального цикла (профиль 1 «Адаптивное физическое воспитание») Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебный предмет «ЛФК и массаж» изучается на третьем курсе при очной форме обучения. Для освоения дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» используются знания, умения и навыки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Возрастная анатомия и физиология», «Теория и методика физической культуры», «Теория и методика адаптивной физической культуры», «Общая патология и тератология», «Частная патология», «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре».

Учебная работа (108 часов) проводится в виде аудиторных (54 часа) и внеаудиторных (54 часа) занятий. Основными формами аудиторных занятий по дисциплине «Лечебная физическая культура и массаж» являются лекции и практические занятия. На лекционных занятиях излагается наиболее важный теоретический материал. На практических занятиях обеспечивается возможность овладения студентами практическими навыками проведения профилактических, лечебных и восстановительных мероприятий.

При изучении дисциплины «Лечебная физическая культура и массаж» студентами должны быть освоены следующие разделы программного материала:

- Теоретический раздел предполагает изучение основ лечебной физической культуры и массажа с учетом вида патологии у лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
- Практикум включает в себя освоение методов коррекции восстановительного лечения при различных заболеваниях у лиц с отклонениями в состоянии здоровья средствами ЛФК и массажа.
- Самостоятельная работа предполагает индивидуальное совершенствование

теоретических знаний и практических навыков и включает изучение программного материала по учебникам, учебным пособиям и методическим материалам, разработку комплексов лечебной гимнастики и схем процедур массажа при различных заболеваниях и

выполнение домашних заданий в виде рефератов, которые являются самостоятельным научным трудом, где студент демонстрирует умение работать с литературными источниками, анализировать научную информацию и формулировать выводы.

- Контроль полученных знаний:
 - текущий контроль знаний, усвоенных на лекционных, практических занятиях и при самостоятельной работе;
 - итоговый контроль (в конце каждого семестра).

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-8, ОК - 14 ПК-3, ПК-4, ПК -5, ПК - 6, ПК -7, ПК -8, ПК - 14, ПК - 15, ПК - 17, ПК - 18, ПК - 19, ПК -20, ПК - 21, ПК - 23, ПК - 24, ПК -25,ПК - 26,ПК - 27,ПК - 28,ПК - 29,ПК - 30,ПК -31,ПК -32,ПК -33,ПК -34,ПК - 40, ПК – 44.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- предмет лечебной физической культуры (ЛФК) и массажа как важного компонента системы реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- принципы, задачи и средства ЛФК и массажа, применяемые при заболеваниях у лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- классификацию и механизмы лечебного действия физических упражнений при различных заболеваниях у лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- анатомо-физиологические основы мышечной деятельности, механизмы действия физических упражнений на организм здорового и больного человека;
- основы клинической симптоматики основных заболеваний у лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- показатели функционального и физического состояния организма в норме и при патологии.
- методы исследования и оценки физического развития и работоспособности лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- влияние на патологический процесс различных процедур и комплексов лечебной физкультуры и массажа.
- показания и противопоказания к применению лечебной физической культуры и массажа;
- основные теоретические особенности метода лечебной физической культуры при реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- методику построения занятий по лечебной физической культуре и процедур массажа с лицами с отклонениями в состоянии здоровья разного возраста и пола ;
- специальное оборудование, аппаратуру и технику безопасности при работе на ней лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- основную учётно-отчётную документацию в сфере деятельности по ЛФК и массажу.
- формы и методы пропаганды здорового образа жизни и санитарно просветительной работы среди лиц с отклонениями в состоянии здоровья для выработки у них сознательного и активного участия в процессе реабилитации.

уметь:

- выполнять функциональные пробы системы кровообращения, дыхания, нервно-мышечной системы (в пределах компетенции).
- чётко формулировать общие и частные задачи ЛФК и массажа при каждом конкретном заболевании у лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- разрабатывать индивидуальные схемы процедур массажа и комплексы упражнений для проведения занятий по лечебной гимнастике, упражнений в бассейне, упражнений на

механоаппаратах и тренажерах и др. при важнейших заболеваниях и травмах у лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- подбирать соответствующие средства и формы лечебной физической культуры и массажа при различных заболеваниях у лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- составлять методические рекомендации к занятиям по лечебной физической культуре и процедурам самомассажа.
- проводить процедуры массажа, групповые и индивидуальные занятия по лечебной физкультуре с лицами с отклонениями в состоянии здоровья по назначению врача;
- развивать оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате того или иного заболевания и (или) травмы;
- проводить комплексы физических упражнений, применять процедуры массажа с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний);
- проводить педагогические наблюдения за правильностью проведения процедур лечебной гимнастики и массажа и оценивать эффективность процедур по антропометрическим данным и функциональным методам с целью внесения коррекций в восстановительные воздействия в зависимости от результатов измерений;
- правильно оформлять необходимую учётно-отчетную документацию в сфере своей деятельности.
- проводить санитарно-просветительную работу по вопросам здорового образа жизни и значения физических упражнений в сохранении здоровья и работоспособности с лицами с отклонениями в состоянии здоровья.

владеть:

- навыками методической разработки конспектов уроков всех форм ЛФК и процедур массажа для лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья с учётом их возраста, пола, уровня физической подготовленности, уровня функциональной активности организма и сопутствующих заболеваний;
- методикой проведения индивидуальных и групповых занятий ЛФК и процедур массажа при различных заболеваниях у лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- методами медицинского контроля во время занятий лечебной физической культурой и массажа с лицами с отклонениями в состоянии здоровья;
- методами оценки эффективности занятий лечебной физической культуры и массажа с лицами с отклонениями в состоянии здоровья;
- навыками ведения учётно-отчётной документации с целью оценки эффективности своей реабилитационной деятельности;
- готовностью обеспечивать технику безопасности при проведении занятий ЛФК и массажем.

Материально-техническое обеспечение дисциплины

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебного процесса:

- для проведения лекционных занятий - специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком;
- для проведения практических занятий - методические наглядные пособия, специально оборудованная аудитория с кушетками для массажа, зал для проведения занятий по ЛФК (резиновые коврики, шведская стенка, гимнастическая скамейка, гимнастические палки, медицинболы, эспандеры, гантели, мешки с льняным семенем для укладки), специализированные по нозологическим единицам отделения лечебно-профилактических

учреждений (ЛПУ), мультимедийные материалы, учебные видеоролики (мультимедийный проектор, экран, ноутбук).

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Лечебная физическая культура и массаж» содержит разделы:

Раздел 1. Общие теоретические основы ЛФК.

Раздел 2. Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов.

Раздел 3. Массаж.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы Для студентов третьего курса, пятый семестр

1. Основные этапы становления и развития ЛФК в мире.
2. Основные этапы становления и развития ЛФК в России.
3. Определение толерантности к физической нагрузке (ТФН) и функционального класса больного ИБС.
4. Задачи ЛФК, особенности методики ЛФК при ИБС и заболеваниях сосудов на санаторном и поликлиническом этапах реабилитации.
5. Контроль за переносимостью физической нагрузки и определение эффективности занятий ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
6. Методика ЛФК на санаторном и поликлиническом этапах реабилитации при заболеваниях органов дыхания. Характеристика и особенности методики дыхательных гимнастик по Стрельниковой и Бутейко.
7. Разработка студентами конспектов урока лечебной гимнастики (ЛГ) на стационарном этапе реабилитации для больных с патологией органов пищеварения и мочевого выделения по заданию преподавателя.
8. Разработка студентами конспектов урока лечебной гимнастики (ЛГ) на стационарном этапе реабилитации для больных с патологией обмена веществ и суставов по заданию преподавателя.

Для студентов третьего курса, шестой семестр

1. Возникновение и развитие классического массажа. Роль наших соотечественников в развитии пропаганде массажа. Благодаря кому и когда массаж был включен в учебную программу студентов институтов физической культуры?
2. Какое место занимает спортивный массаж в системе физического воспитания в спорте? Роль массажа в лечебной практике.
3. Раскройте понятия «механизм массажа», «физиологический механизм действия массажа».
4. Какие рефлекторные реакции возникают при массаже кожи? Какие приемы массажа применяются на коже? Какое влияние оказывает массаж на функцию дыхания?
5. Каково влияние массажа на ЦНС и отчего это влияние зависит?
6. Влияние массажа на химические процессы в мышцах? Чем характеризуется восстановление работоспособности мышц под влиянием массажа?
7. Каково влияние массажа при уплотнениях или атрофии мышц? Приведите пример из спортивной и лечебной практики.
8. Каково влияние массажа на кровоснабжение суставов, сухожилий, связок и т.д.? Перечислите применяемые приемы.
9. Какова последовательность сочетания электропроцедур с массажем?
10. Какова роль движения в сочетании с другими приемами массажа? Назовите последовательность применяемых приемов массажа.
11. Как влияет массаж на уровень спортивного мастерства?
12. Какова роль массажа в восстановлении работоспособности суставов?

13. Влияет ли массаж на кровяное давление? Как влияет массаж на работу сердца? Массируется ли лимфатический узел? Каково влияние массажа на мочеотделение? Как влияет массаж на молочную кислоту?
14. Каково влияние массажа в сочетании с тепловыми процедурами на обмен веществ после выполнения физических упражнений?
15. Каковы гигиенические требования к освещению, температуре воздуха в массажной? Размеры массажного кабинета на одного человека, общей массажной.
16. Какова роль биомеханических законов в проведении массажа? Когда массаж противопоказан?
17. Назовите смазывающие вещества и расскажите, с какой целью они применяются?
18. Сегментарный массаж: влияние на организм человека, приемы, особенности методики.
19. Назовите методы, формы массажа и дайте им характеристику.
20. На какие участки делится тело человека с массажно-прикладной точки зрения? Какова направленность массажных приемов на каждом звене?
21. Что обозначает понятие "прием" в ручном массаже? Как понять "перпендикулярное" положение по отношению к массируемой части тела? Можно ли делать массаж в исходном положении пациента стоя, сидя?
22. Сколько приемов ручного классического массажа? По какому физиологическому и анатомическому принципам приемы массажа можно разделить на группы?
23. Какие бывают отягощения при проведении приемов массажа и раскройте их особенности?
24. Каково значение приема растирание в спортивной и лечебной практике?
25. Роль тепла в сочетании с растиранием.
26. С какого движения следует начинать упражнения (пассивное, активное, с сопротивлением)? Чем определяется направление движений в суставе? Какие движения нельзя отнести к приемам массажа?
27. Можно ли при механическом массаже использовать масло, лекарственные мази? Что такое баночный массаж?
28. На какие виды классифицируется массаж, дайте краткую характеристику. Раскройте классификацию спортивного массажа.
29. Что означает слово "баня"? Виды бани и их особенности. Объясните слова "хаммам", "лазня" и, если есть отличие, то раскройте их. Особенности банного (мыльного) массажа.
30. Какой массаж называется лечебным? Классификация лечебного массажа. Цель применения лечебного массажа. Раскройте понятие "отсасывающий" массаж.
31. Дайте определение косметическому массажу: его место в спорте.

Перечень вопросов к зачету (пятый семестр)

1. ЛФК как дисциплина. Цели и общие задачи ЛФК. Характеристика метода ЛФК. Отличительная особенность ЛФК как метода от других методов комплексного лечения больных.
2. Средства ЛФК. Классификация и характеристика ФУ, применяемых в ЛФК. Отличительная особенность ФУ, применяемых в ЛФК, от обычных ФУ.
3. Клинико-физиологическое обоснование механизмов лечебного и реабилитационного действия ФУ: отрицательные последствия длительного постельного режима и иммобилизации; теория Р.М. Могендовича; 4 механизма действия ФУ на организм больного.
4. Формы занятий в ЛФК. Способы проведения ЛФК. Цель и назначение общей и специальной тренировки в ЛФК.
5. Структура урока лечебной гимнастики и характеристика его частей. Контроль за нагрузкой на уроке. Критерии адекватности физической нагрузки на уроке.
6. Общие основы методики ЛФК: критерии зависимости методики ЛФК в каждом конкретном случае; общепедагогические принципы занятий ЛФК; дозировка физической нагрузки на занятиях ЛФК, факторы, влияющие на величину нагрузки; общие правила

разработки конспектов ЛГ; показания и противопоказания (общие, временные) к применению ЛФК.

7. Этапы реабилитации больных. Периоды ЛФК и режимы двигательной активности больных на стационарном и санаторном этапах реабилитации (определение, характеристика, цель, задачи).

8. Организация работы по ЛФК в ЛПУ (структура отделения ЛФК, должностные обязанности методиста ЛФК, учетно-отчетная документация, инвентарь и медицинское оборудование).

9. Определение толерантности к физической нагрузке (ТФН) и функционального класса больного ИБС.

10. Атеросклероз: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

11. Стенокардия: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

12. Инфаркт миокарда: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

13. Гипертоническая болезнь: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

14. Гипотоническая болезнь и нейроциркулярная дистония: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

15. Приобретенные пороки сердца: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

16. Варикозное расширение вен: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

17. Контроль за переносимостью физической нагрузки и определение эффективности занятий ЛФК при заболеваниях органов дыхания.

18. Характеристика специальных дыхательных упражнений при бронхо-лёгочной патологии на примере звуковой гимнастики.

19. Характеристика специальных дыхательных упражнений при бронхо-лёгочной патологии на примере дренажной гимнастики и постурального дренажа.

20. Характеристика специальных дыхательных упражнений при бронхо-лёгочной патологии на примере упражнений в растягивании плевральных спаек.

21. Характеристика специальных дыхательных упражнений при бронхо-лёгочной патологии на примере статических дыхательных упражнений.

22. Острая и хроническая пневмония: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

23. Бронхиальная астма: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

24. Плеврит: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

25. Бронхит: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

26. Гастриты: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

27. Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

28. Дискинезия желчевыводящих путей: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

29. Ожирение: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

30. Сахарный диабет: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

31. Подагра: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

32. Артриты и артрозы: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК при заболеваниях суставов.

33. Пиело - и гломерулонефрит: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

34. Мочекаменная болезнь: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

Перечень вопросов к экзамену (шестой семестр)

1. ЛФК как дисциплина. Цели и общие задачи ЛФК. Характеристика метода ЛФК. Отличительная особенность ЛФК как метода от других методов комплексного лечения больных.

2. Средства ЛФК. Классификация и характеристика ФУ, применяемых в ЛФК. Отличительная особенность ФУ, применяемых в ЛФК, от обычных ФУ.

3. Клинико-физиологическое обоснование механизмов лечебного и реабилитационного действия ФУ: отрицательные последствия длительного постельного режима и иммобилизации; теория Р.М. Могендовича; 4 механизма действия ФУ на организм больного.

4. Формы занятий в ЛФК. Способы проведения ЛФК. Цель и назначение общей и специальной тренировки в ЛФК.

5. Структура урока лечебной гимнастики и характеристика его частей. Контроль за нагрузкой на уроке. Критерии адекватности физической нагрузки на уроке.

6. Общие основы методики ЛФК: критерии зависимости методики ЛФК в каждом конкретном случае; общепедагогические принципы занятий ЛФК; дозировка физической нагрузки на занятиях ЛФК, факторы, влияющие на величину нагрузки; общие правила разработки конспектов ЛГ; показания и противопоказания (общие, временные) к применению ЛФК.

7. Этапы реабилитации больных. Периоды ЛФК и режимы двигательной активности больных на стационарном и санаторном этапах реабилитации (определение, характеристика, цель, задачи).

8. Организация работы по ЛФК в ЛПУ (структура отделения ЛФК, должностные обязанности методиста ЛФК, учетно-отчетная документация, инвентарь и медицинское оборудование).

9. История развития массажа. История развития спортивного массажа.

10. Понятие о массаже (определение, противопоказания, применение).

11. Виды массажа (гигиенический, косметический, лечебный, спортивный).

12. Механизмы физиологического влияния массажа на организм.

13. Влияние массажа на ткани, органы, системы, организм в целом.

14. Формы массажа (характеристика сеансов общего и частного массажа, понятие о парном массаже и самомассаже).

15. Методы массажа (ручной, аппаратный, комбинированный).

16. Характеристика рефлекторных методов массажа.

17. Характеристика ручных методов массажа.

18. Системы массажа (финская, шведская, советская, восточная).

19. Применение смазывающих средств в массаже.

20. Тренировочный массаж.

21. Массаж для развития физических качеств.

22. Самомассаж (особенности проведения сеанса), применение до и после нагрузки.

23. Краткосрочный восстановительный массаж.

24. Массаж для сна.

25. Понятие о восстановительном массаже.

26. Разминочный и согревающий массаж.

27. Массаж в предстартовых состояниях.
28. Методика массаж при миозите.
29. Методика массажа при судорогах.
30. Методика массажа при ушибах.
31. Массаж при периостите.
32. Атеросклероз: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.
33. Стенокардия: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
34. Инфаркт миокарда: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
35. Гипертоническая болезнь: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
36. Гипотоническая болезнь и нейроциркулярная дистония: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
37. Приобретенные пороки сердца: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
38. Варикозное расширение вен: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
39. Острая и хроническая пневмония: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
40. Бронхиальная астма: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
41. Плеврит: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
42. Бронхит: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
43. Гастриты: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
44. Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
45. Ожирение: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
46. Сахарный диабет: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
47. Подагра: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
48. Артриты и артрозы: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа при конкретных заболеваниях суставов.
49. Пиело - и гломерулонефрит: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
50. Мочекаменной болезнь: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.
51. Инсульт: этиопатогенез и клиническая картина инсульта. Периоды клинического течения инсульта. Четырехэтапная система реабилитации больных, перенесших инсульт. Особенности методики ЛФК и массажа.
52. Остеохондроз шейного отдела позвоночника: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.

53. Остеохондроз поясничного отдела позвоночника: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа.

54. Невриты: этиопатогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК и массажа на примере неврита лицевого нерва.

55. Нарушение осанки: определение, классификация, характеристика основных видов нарушений осанки. Задачи и особенности методики массажа.

56. Плоскостопие: определение, классификация, характеристика. Задачи и особенности методики массажа.

57. Сколиоз: определение, классификация, характеристика сколиоза. Задачи и особенности методики массажа.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Практические занятия	
1	Раздел 1. Общие теоретические основы ЛФК.	10	4	2	4
1	Раздел 2. Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов. Тема 2.1. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	14	-	8	6
2	Тема 2.2. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания.	14	-	8	6
3	Тема 2.3. Лечебная физическая культура при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, мочевыделительной системы, обмена веществ и суставов.	14	-	4	10
Всего за пятый семестр (часов)		52	4	22	26
4	Раздел 3. Массаж. Тема 3.1. История развития массажа.	4	1	1	2
	Тема 3.2. Анатомо-физиологическое обоснование массажа.	4	1	1	2
	Тема 3.3. Гигиенические основы массажа.	2	-	-	2
	Тема 3.4. Системы, методы и формы массажа.	4	-	2	2
	Тема 3.5. Физиологическое влияние, техника и методика выполнения приемов массажа	20	-	10	10
	3.5.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживания	4	-	2	2
	3.5.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	4	-	2	2
	3.5.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	4	-	2	2
	3.5.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	4	-	2	2
	3.5.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема потряхивание, движение и ударные приемы	4	-	2	2

Тема 3.6. Методика проведения видов спортивного массажа	4	-	2	2
Тема 3.7. Особенности массажа в отдельных видах спорта	4	-	2	2
Тема 3.8. Особенности методик лечебного массажа	14	-	8	6
Всего за шестой семестр (часов)	56	2	26	28
Итого:	108	6	48	54

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения в пятом семестре завершается зачётом, в шестом семестре – экзаменом. Зачёт проводится в форме устных ответов на вопросы, которые преподаватель задает в произвольном порядке, экзамен в форме устных ответов на вопросы билетов.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная).

1. Физическая реабилитация: в двух томах: учеб. для студ. учреждений высш. мед. проф. образования/С.Н. Попов, О.В. Козырева, М.М. Малашенко [и др.]; ред. С.Н. Попов. – Т. 1. – М.: Академия, 2013. – 288 с. – (Высш. проф. образование; Бакалавриат)
2. Физическая реабилитация: в двух томах: учеб. для студ. учреждений высш. мед. проф. образования/С.Н. Попов, О.В. Козырева, Т.С. Гарасеева [и др.]; ред. С.Н. Попов. – Т. 2. – М.: Академия, 2013. – 304 с. – (Высш. проф. образование; Бакалавриат)
3. Лечебная физическая культура : учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / ред. С.Н. Попов. - 8-е изд., испр. - М.: Академия, 2012. - 416 с. – (Бакалавриат).
4. Лечебная физическая культура : учеб. для студ. вузов / ред. С.Н. Попов. - 7-е изд., стер. - М.: Академия, 2009. - 416 с. - (Высш. проф. образование).
5. Бирюков, А.А. Спортивный массаж : учеб. для студ. вузов / А.А. Бирюков. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 576 с.
6. Бирюков, А.А. Лечебный массаж : учебник для студ. вузов / А.А. Бирюков. - 3-е изд., стер. - М. : Советский спорт, 2008. - 368 с.
7. Погосян, М.М. Методика классического массажа и лечебной гимнастики при ревматоидном полиартрите пальцев кисти: Методические рекомендации /Сост. М.М. Погосян - Малаховка, МГАФК, 2007. - 54 с.
8. Физическая реабилитация : учеб. для студ. вузов / ред. С.Н. Попов. - 4-е изд. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 608 с.
9. Лечебная физическая культура: учебное пособие/В.А. Елифанов. – М.: ГЭОТАР – Медиа, 2006. – 568 с.
10. Физическая реабилитация : учеб. для студ. вузов / ред. С.Н. Попов. - 4-е изд. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 608 с.
11. Физическая реабилитация : учеб. для студ. вузов / ред. С.Н. Попов. - 3-е изд., перераб. и доп. - Ростов н/Д : Феникс, 2005. - 603 с.
12. Погосян, М.М. Сочетание классического массажа с другими средствами восстановления и методика их применения: Методические рекомендации /Сост. Погосян М.М. - Малаховка, МГАФК, 2005. - 96 с.
13. Погосян, М.М. Лечебный массаж : Учеб. для студ. высш. физкульт. завед. / М.М. Погосян. - 2-е, доп. и перераб. - М. : Советский спорт, 2004. - 568с.
14. Лечебная физическая культура: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений / С.Н.Попов, Н.М.Валеев, Т.С.Гарасева и др. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 416 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная).

1. Козырева, О.В. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия : учеб. словарь-справочник / О.В. Козырева, А.А. Иванов. - М.: Советский спорт, 2010. - 280 с.
2. Янгулова, Т.И. Лечебная физкультура: анатомия упражнений / Т.И. Янгулова. - Ростов н/Д : Феникс, 2010. - 175 с.
3. Артамонова, Л.Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура: учеб. пособие для студ.вузов/Л.Л. Артамонова, О.П. Панфилов, В.В. Борисова. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2010. -389 с. (Учеб. пособие для вузов).
4. Калюжнова, И.А. Лечебная физкультура /И.А. Калюжнова, О.В. Перепелова. – 3-е изд. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 349 с.
5. Калюжнова, И.А. Лечебная физкультура и оздоровительная гимнастика: домашний справочник/И.А. Калюжнова, О.В. Перепелова. – Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 253с.
6. Тарасова Л.Г. Восстановление двигательной функции руки у больных с постинсультными гемипарезами средствами интенсивной лечебной гимнастики: автореф. дис. ...канд. пед. наук/Л.Г. Тарасова. – Малаховка, 2009. – 26 с.
7. Лекции по ЛФК [Электронный ресурс]/НГУ физ.культуры, спорта и здоровья им.,Ф. Лесгафта. – Электрон. дан. – СПб., 2009. – Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК. – Загл. с экрана.
8. Цицкишвили, Н.И. Физическая реабилитация и профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / Н.И. Цицкишвили, А.С. Чубуков. – Малаховка: МГАФК, 2008 г. – 107 с.
9. Онучин, Н.А. Восстановительные упражнения при заболеваниях почек/Н.А. Онучин. – М.;СПб.: АСТ; Сова, 2008. – 125 с.
10. Майорникова, С.А. Методические приёмы восстановления функции ходьбы у больных постинсультными гемипарезами: автореф. дис...канд. пед. наук/ С.А. Майорникова. – М., 2006. – 26 с.
11. Налобина, А.Н. Лечебная физическая культура и массаж в детской неврологии / А.Н. Налобина, А.В. Полуструев, Л.Г. Сорокина. - Омск : СибГУФК, 2006. - 156 с.
12. Бирюков, А.А. Спортивный массаж / А.А. Бирюков. - М. : Академия, 2006. - 576с.
13. Медицинская реабилитация: Руководство для врачей /Под ред. В.А. Епифанова. – М.: МЕДпресс – информ, 2005. – 328 с.
14. Буш-Остерман, Э. Гимнастика для позвоночника/Э.Буш – Остерман. – М.: Олимпия Пресс, 2005. – 56 с.
15. Белая, Н.А. Лечебная физкультура и массаж: Учебно-метод. пособие / Н.А. Белая. - 2-е изд. - М.: Советский спорт, 2004. - 272с.
16. Новикова, Т.В. Физическая реабилитация инвалидов в позднем периоде инсульта: автореф.дис.канд.пед.наук/Т.В. Новикова. – М., 2004. – 23 с.
17. Поварещенкова, Ю.А. Массаж: учебное пособие для студентов институтов физической культуры. – Великие Луки, 2004. – 98с.
18. Сизоненко, К.Н. «Физическая реабилитация студентов с болезнями органов дыхания, обучающихся в вузах» / К.Н. Сизоненко - Дальневосточная ГАФК, 2003 г.-24 с.
19. Поварещенкова, Ю.А. Реакция соматосенсорной системы на действие массажа: монография. – Великие Луки, 2003. – 196с.

3.50 Рабочая программа дисциплины **«Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры»** основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* – адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения **очная**

Автор-разработчик: Рудометкина Галина Николаевна, старший преподаватель

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Учебная дисциплина «Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры» ставит своей целью ознакомить студентов с наиболее важными вопросами материально-технического обеспечения занятий по физическому воспитанию, адаптивной двигательной рекреации, адаптивному спорту.

В процессе изучения освещаются вопросы требований к оснащению сооружений спортивного назначения с целью обеспечения доступности проведения оздоровительной, спортивной, образовательной работы с инвалидами. Изучаются средства протезной техники для инвалидов, перенесших ампутации верхних и нижних конечностей, разнообразные технические средства для занятий. Бакалавр адаптивной физической культуры должен владеть обширным объемом знаний по материально-техническому обеспечению занятий с инвалидами и уметь использовать их в своей практической деятельности с учетом специфики патологии занимающихся.

Задачи дисциплины

- *обеспечить* освоение студентами основ фундаментальных знаний в области материально-технического обеспечения адаптивной физической культуры, целостное осмысление методологических подходов и общих закономерностей данной дисциплины;
- *освоение* теоретических знаний в области технических средств реабилитации, используемых для занятий физической культурой и спортом инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья;
- *освоение* теоретических знаний в области проектирования, строительства и эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений для инвалидов, организации безбарьерной среды с целью обеспечения доступности инвалидов к спортивным сооружениям;
- *формирование* у студентов стремления к самостоятельности и творчеству в процессе обучения, обеспечения освоения ими творческой деятельности, привлечение их к научно-исследовательской работе.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина «Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры» относится к вариативной части профессионального цикла. Особенностью учебного материала по данной дисциплине является то, что он позволяет будущему бакалавру АФК понять ценность поддержания оптимального психофизического и духовного состояния инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья за счет расширения двигательной активности при помощи специальных технических средств и приспособлений, что позволяет уменьшить развитие гиподинамии и гипокинезии и положительно влияет на функциональные системы. Практически это помогает инвалидам осваивать жизненно и профессионально необходимые двигательные умения и навыки, а также благотворно сказывается на их духовном состоянии и помогает социализации личности.

На курс материально-технического обеспечения занятий АФК в учебном плане отводится 72 часа, аудиторных – 36, из них: лекционных – 18 и 18 – практических. Самостоятельная работа студентов занимает 36 часов. Форма итогового контроля – зачет в VI семестре.

На лекциях сообщаются основные теоретические знания в систематизированном виде, разъясняются наиболее трудные вопросы. Особенностью проведения практических занятий по дисциплине является более подробная классификация средств, используемых для сооружений спортивного назначения, характеристика средств протезной техники, приспособлений для передвижения, тренажеров, экипировки.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-8, ОК-14, ПК-3, ПК-4, ПК-14, ПК-15, ПК-25, ПК-26, ПК-27, ПК-28, ПК-30, ПК-32, ПК-42.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- цели и значение материально-технического обеспечения для развития адаптивной физической культуры;
- современные принципы проектирования, строительства и эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений для инвалидов;
- особенности архитектурно-планировочных решений физкультурно-спортивных сооружений для инвалидов;
- классификацию средств, используемых для оснащения сооружений спортивного назначения при проведении в них спортивно-оздоровительной работы с инвалидами;
- средства и конструктивные особенности протезной техники для инвалидов с дефектами верхних и нижних конечностей;
- виды и конструктивные особенности протезной техники для инвалидов с дефектами верхних и нижних конечностей;
- виды и конструктивные особенности кресел-колясок для инвалидов;
- спортивные тренажеры для инвалидов с поражением опорно-двигательной системы;
- спортивный инвентарь и оборудование для инвалидов с поражением органов зрения, слуха.

уметь:

- знать и рационально применять в практической работе средства, используемые для оснащения сооружений спортивного назначения для спортивно-оздоровительной работы с инвалидами;
- применять на практике средства реабилитационной техники различного назначения.

овладеть:

- средствами для перемещения инвалидов на трибуны для просмотра занятий и соревнований, перемещения на креслах-колясках в гардеробах, душевых, туалетах и др. помещениях;
- техникой безопасности при использовании подъемников, тележек, лонжей, лестниц и т.п. для перемещения инвалидов к местам занятий;
- техникой для звуковой и пространственной ориентировки для незрячих инвалидов;
- технологией использования тренажеров для компенсации недостающих компонентов подготовленности инвалидов (физической, технической, психической и др.);
- навыками оказания первой доврачебной помощи пострадавшим во время спортивно-оздоровительных занятий.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебных занятий:

- ✓ для проведения лекционных занятий – специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком;
- ✓ для проведения практических занятий – оборудованный мини-спортивный зал с тренажерами, инвалидная коляска, гимнастическая скамейка, гимнастическая лестница, обручи, мячи разного размера, в том числе теннисные, средства для развития мелкой моторики и тактильной чувствительности, гантели разного веса.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Охарактеризуйте основные направления проектирования, строительства и эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений для инвалидов.
2. Каковы основные требования к формированию физкультурно-спортивных сооружений для инвалидов? Строительные нормы и правила при планировке физкультурно-спортивных сооружений для инвалидов.
3. Особенности детских физкультурно-игровых сооружений.
4. Каковы общие принципы создания специальных средств протезной техники для занятий физической культурой и спортом?
5. Конструкции специальных приспособлений для занятий физической культурой инвалидов с дефектами верхних конечностей.
6. Каковы принципиальные отличия протезной техники для занятий спортивной деятельностью от обычных конструкций протезов нижних конечностей?
7. Каковы конструктивные особенности энергосберегающих искусственных стоп?
8. Какие конструкции коленных модулей применяются в протезах нижних конечностей для спортивной деятельности?
9. Какие конструкции приемных гильз протезов нижних конечностей применяются для спортивной деятельности?
10. Какие конструктивные особенности протезов голени и бедра для плавания?
11. С какой целью применяется микропроцессорная техника в коленных модулях протезов бедра для занятий спортивной деятельностью?
12. Какие виды кресел-колясок Вам известны?
13. Каковы конструктивные особенности кресел-колясок для спортивной деятельности?
14. Каковы отличительные особенности гоночных кресел-колясок?
15. Каковы общие задачи применения реабилитационной техники в адаптивной физической культуре?
16. Раскройте классификацию технических средств, используемых для оснащения спортивных сооружений при проведении в них спортивно-оздоровительной работы с инвалидами.
17. Дайте краткую характеристику технических средств, используемых для оснащения сооружений спортивного назначения с целью обеспечения доступности проведения спортивно-оздоровительной работы с инвалидами.
18. Охарактеризуйте тренажеры для освоения инвалидами бытовых двигательных действий, развития и совершенствования из физических качеств и способностей.
19. Каковы конструктивные особенности тренажеров и тренажерных устройств для детей-инвалидов?
20. Дайте характеристику специальных подъемных устройств, используемых для оснащения бассейнов и вспомогательных плавсредств для инвалидов с поражением опорно-двигательной системы.
21. Вопросы профилактики травматизма во время занятий инвалидов с использованием тренажеров.
22. Особенности экипировки занимающихся на тренажерах.

Примерная тематика рефератов

1. Особенности архитектурно-планировочных решений физкультурно-спортивных сооружений для инвалидов.
2. Особенности детских физкультурно-игровых сооружений.
3. Принципиальные отличия конструкций протезов нижних конечностей для занятий спортивной деятельностью от обычных конструкций протезов.
4. Средства протезной техники для занятий инвалидов спортивными играми.
5. Конструктивные особенности протезов нижних и верхних конечностей для занятий плаванием.
6. Вспомогательные плавсредства и оборудование бассейнов для инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата.
7. Особенности тренажеров и тренажерных устройств для детей-инвалидов.
8. Конструктивные особенности кресел-колясок для активного отдыха и рекреации.
9. Тренажеры для освоения инвалидами двигательных действий, развития и совершенствования физических качеств и способностей.
10. Виды и конструкции специальных гоночных кресел-колясок для инвалидов, участвующих в соревнованиях.
11. Специальный инвентарь и оборудование для инвалидов с поражением органа зрения.
12. Конструкции приемных гильз протезов нижних конечностей. Гигиенические требования к ним.
13. Конструктивные особенности протезов верхних конечностей при ампутации кисти.
14. Общие задачи применения реабилитационной техники в адаптивной физической культуре.
15. Технические средства, используемые для оснащения спортивных сооружений с целью обеспечения доступности проведения спортивно-оздоровительной работы с инвалидами.

Примерный перечень вопросов к зачету

1. Общие цели и задачи материально-технического обеспечения адаптивной физической культуры.
2. Принципы проектирования, строительства и эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений для инвалидов.
3. Особенности архитектурно-планировочных решений физкультурно-спортивных сооружений для инвалидов. Строительные нормы и правила.
4. Планировка и организация детских физкультурно-игровых сооружений.
5. Классификация средств, используемых для оснащения сооружений спортивного назначения при проведении в них спортивно-оздоровительной работы с инвалидами.
6. Характеристика средств, используемых для оснащения сооружений спортивного назначения с целью обеспечения доступности проведения спортивно-оздоровительной работы с инвалидами.
7. Роль и значение специальной протезной техники для инвалидов, перенесших ампутации нижних конечностей, для занятий спортивной деятельностью.
8. Конструкции специальных приспособлений для занятий физической культурой и спортом для инвалидов с дефектами верхних конечностей.
9. Средства протезной техники для инвалидов с дефектами нижних конечностей для бега.
10. Средства протезной техники для инвалидов с дефектами нижних конечностей - для плавания, спортивных игр, тяжелой атлетики.
11. Конструкции энергосберегающих стоп.
12. Конструкции приемных гильз протезов голени и бедра для спортивной деятельности.
13. Конструктивные особенности протезов для плавания, для спортивных игр. Материалы, применяемые для их производства.
14. Виды и конструкции кресел-колясок для инвалидов.

15. Конструктивные особенности специальных кресел-колясок для спортивных игр, для активного отдыха и рекреации.
16. Конструктивные особенности специальных гоночных кресел-колясок.
17. Спортивные тренажеры для инвалидов с поражением опорно-двигательной системы.
18. Тренажеры для освоения инвалидами соревновательных двигательных действий, развития и совершенствования их физических качеств и способностей.
19. Методические особенности тренировки на тренажерах инвалидов с поражением опорно-двигательной системы.
20. Тренажеры и тренажерные устройства для детей-инвалидов.
21. Вспомогательные плавсредства и оборудование бассейнов для инвалидов с поражением опорно-двигательной системы.
22. Технические средства, используемые для оснащения сооружений спортивного назначения с целью обеспечения доступности проведения спортивно-оздоровительной работы с инвалидами.
23. Современные принципы использования микропроцессорной техники в протезах нижних конечностей для занятий спортивной деятельностью.
24. Профилактика травматизма во время занятий инвалидов на тренажерах.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Практические занятия	
1.	Тема 1. Введение в дисциплину	4	2		2
2.	Тема 2. Физкультурно-спортивные сооружения для инвалидов	14	4	4	6
3.	Тема 3. Оснащение сооружений спортивного назначения с целью обеспечения доступности проведения спортивно-оздоровительной работы с инвалидами	10	4	2	4
4.	Тема 4. Средства протезной техники для занятий инвалидов физической культурой	18	4	4	10
5.	Тема 5. Кресла-коляски для занятий инвалидов физической культурой	10	2	2	6
6.	Тема 6. Спортивные тренажеры, инвентарь, оборудование, экипировка для занятий инвалидов спортом	16	2	6	8
	Итого:	72	18	18	36

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачетом в VI семестре, который проводится в форме устных ответов на вопросы, задаваемые преподавателем в произвольном порядке.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Справочник по материально-техническому обеспечению адаптивной физической культуры / авт.-сост. С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло. - М.: Советский спорт, 2008. - 256 с.

2. Табель оснащения спортивных сооружений массового пользования спортивным оборудованием и инвентарем по видам спорта среди инвалидов / сост. Ю.Н. Верхало. - М.: Советский спорт, 2008. - 248 с.
3. Евсеев, С.П. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры: учебник / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, В.Г. Суляев. - М. : Советский спорт, 2007. - 308 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры: пример. программа дисциплины / С.Ф. Курдыбайло, С.П. Евсеев. - М. : РИО РГУФК, 2004. – 10 с.
2. Верхало, Ю.Н. Тренажеры и устройства для восстановления здоровья и рекреации инвалидов / Ю.Н. Верхало. - М.: Советский спорт, 2004. – 536 с.
3. Физкультурно-оздоровительные и спортивные сооружения / ред. Л.В. Аристова, В.В. Бойко. - М.: Советский спорт, 2003. - 400с.
4. Бассейны для плавания: свод правил по проектированию и строительству. - М.: Советский спорт, 2005. - 68 с.
5. Физкультурно-спортивные залы. СП 31-112-2004: свод правил по проектированию и строительству. - Ч.1 . - М.: Советский спорт, 2005. - 138 с.
6. Физкультурно-спортивные залы. СП 31-112-2004: свод правил по проектированию и строительству. - Ч.2 . - М.: Советский спорт, 2005. - 88 с.
7. Журналы «Адаптивная физическая культура» №3 (27), 2006; №1 (33), 2008; №2 (34), 2008; №1 (41), 2010.

3.51. Рабочая программа дисциплины «Профилактика негативных социальных явлений» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Шитова Лилия Шамильевна, доцент кафедры

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Сформировать у студентов комплексное представление о системе норм, знаний о теоретических исследованиях и методах практической деятельности, направленных на предупреждение причин и условий, приводящих к появлению негативных социальных явлений.

Профилактика негативных социальных явлений» включает в себя юридические, а также педагогические, социальные и философские аспекты деятельности по предотвращению и устранению наиболее негативных социальных причин, вызывающих рост правонарушений несовершеннолетних, подростковой преступности, перерастающей со временем в преступность взрослых.

Несомненно, что решение проблемы профилактики негативных социальных явлений имеет комплексный характер и зависит от множества причин. В связи с этим требуется не только четкий правовой механизм, регулирующий и объединяющий усилия всех субъектов профилактики, но и реальная, повседневная методическая деятельность педагогов, психологов, юристов, социальных работников и иных лиц, обусловленная их востребованным и непрерывным трудом. Учителям в этой деятельности принадлежит особая роль, которая будет возрастать в связи с необходимостью построения основ правового государства и гражданского общества в Российской Федерации.

Задачи дисциплины

Содержание учебной дисциплины «Профилактика негативных социальных явлений» согласуется с задачами, определенными на законодательном уровне и включает в себя:

- изучение причин и условий, приводящих к появлению негативных социальных явлений;
- изучение международного и российского законодательства в области профилактики негативных социальных явлений;
- формирование навыков и умений организации и проведения профилактической работы с группами лиц, склонными к антисоциальному поведению, и с другими категориями в целях предупреждения правонарушений;
- эффективное применение будущими специалистами приобретенных знаний в практической деятельности;
- воспитание правовой культуры и активной жизненной позиции в педагогической и правоприменительной деятельности по формированию у граждан (несовершеннолетних) правопослушного поведения;
- овладение педагогическими, психологическими, социальными и правовыми методами профилактического воздействия на лиц, склонных к антисоциальному поведению, и на другие категории граждан в целях предупреждения правонарушений.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Профилактика негативных социальных явлений» принадлежит к вариативной части профессионального цикла (Б.3) (Профиль1: Адаптивное физическое воспитание).

Учебная дисциплина «Профилактика негативных социальных явлений» не является обособленной областью научных знаний или отраслью права. Она представляет собой

систему знаний в данной сфере общественных отношений и содержит сведения из различных дисциплин, помогающих организовать как теоретические исследования по профилактике негативных социальных явлений, так и практическую деятельность в данном направлении.

Некоторые вопросы профилактики негативных социальных явлений входят также и в предмет учебных дисциплин: философия, педагогика и психология, социология, правоведение, здоровый образ жизни, безопасность жизнедеятельности, конфликтология и других.

Так, например предметом отраслей права является правовое регулирование определенных сфер общественных отношений, что подразумевает формирование у граждан правопослушного поведения и имеет прямую взаимосвязь с профилактикой правонарушений, т.е. правонарушающего поведения.

Методы воспитательного воздействия, входящие в предмет педагогики, имеют важнейшее значение для организации профилактической деятельности по предупреждению негативных социальных явлений и правонарушений несовершеннолетних. Наряду с методами воспитания в настоящее время широко внедряются в практическую деятельность исследования в области психологии, устанавливающие закономерности психических процессов и психического развития человека, причины его отклоняющегося (девиантного) поведения.

Социология как одна из поведенческих наук, изучающая причинно-следственные связи, образующиеся в процессе социальных отношений между людьми, имеет непосредственное отношение к предмету профилактики негативных социальных явлений и правонарушений несовершеннолетних.

Философия обобщает все знания о человеке и определяет принципиальные подходы к познанию реальной действительности, в том числе к изучению философскими методами познания проблем, связанных с предупреждением негативных социальных явлений и преступности несовершеннолетних.

В рамках лекций предполагается систематическое, последовательное, монологическое изложение преподавателем учебного материала теоретического характера. Лекционный курс рассматривает следующие вопросы:

1. Социальная диагностика проблем лиц и групп в трудной жизненной ситуации.
2. Социальная реабилитация.
3. Социальное сопровождение.
4. Социальная адаптация.
5. Социальная профилактика. Принципы социальной профилактики. Комплекс правовых, экономических, медико-социальных, психолого-педагогических методов социально-профилактической работы. Виды профилактической работы по степени охвата проблемы и глубине методик: общая и специальная, а также первичная, вторичная и третичная. Типы социально-профилактических мероприятий. Уровни профилактических мероприятий: первичный, вторичный, третичный. Проблема суицида. Профилактика социальных патологий: преступность, алкоголизм, наркомания и токсикомания.
6. Социальная работа с неблагополучными семьями. Семья как объект социально-педагогической деятельности. Методики работы социального педагога с неблагополучными семьями. Формы социальной работы с семьей. Технологии профилактики семейного неблагополучия и социального сиротства.
7. Социально-педагогическая работа с группами, подростковой и молодежной объединениями. Проблемы подростков и молодежи. Группы как объект социально-педагогической деятельности. Методика социальной работы с группами.
8. Социально-педагогическая работа с детьми и подростками в трудной жизненной ситуации.
9. Социальная терапия проблем индивида и группы. Посредничество и консультирование.

Практические занятия направлены на закрепление полученных знаний, конкретизацию и углубленную проработку лекционного материала, проверку самостоятельной работы.

Освоение курса предполагает, помимо посещения лекций и практических занятий, написание реферата на одну из предложенных тем. Самостоятельная работа направлена на углубленное освоение тем программы, включает подготовку докладов, а также углубление знаний и навыков, полученных на практических занятиях.

Образовательный процесс происходит в учебных аудиториях. Помещения укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами для представления учебной информации студентам.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-4, ОК-5, ОК- 6, ОК-9, ОК-10, ОК-11, ПК-10, ПК-13, ПК-16, ПК-17, ПК-19, ПК-20, ПК- 34, ПК-36, ПК-38.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- нормативные акты, регулирующие профилактическую деятельность с несовершеннолетними и обеспечивающие данную деятельность в различных сферах социальной деятельности;
- систему органов и учреждений, осуществляющих профилактику, их структуру, цели, задачи, формы и методы работы;
- методику выявления граждан, ведущих антисоциальный образ жизни и правонарушителей;
- юридические механизмы оказания социально-правовой и воспитательной помощи гражданам, ведущим антисоциальный образ жизни, детям, попавшим в трудную жизненную ситуацию.

уметь:

- эффективно применять приобретенные знания в практической деятельности: в учебно-воспитательной, социально-педагогической, культурно-просветительской, организационно- управленческой, правоохранительной, консультативной и иных сферах деятельности, направленных на профилактику негативных социальных явлений.

овладеть:

- педагогическими, психологическими, социальными и правовыми методами профилактического воздействия на граждан, несовершеннолетних и правонарушителей, ведущих антисоциальный образ жизни.

Материально-техническое обеспечение

Образовательный процесс происходит в учебных аудиториях. Помещения укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами для представления учебной информации студентам. Используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающих показ тематических иллюстраций во время проведения лекционных занятий.

В образовательном процессе используются мультимедийные средства, учебные фильмы, информационно-правовая программа КонсультантПлюс. Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Понятия «негативные социальные явления» «безнадзорный», «беспризорный», «несовершеннолетний, находящийся в социально-опасном положении», «семья, находящаяся в социально-опасном положении».

2. Правовые стандарты профилактики правонарушений несовершеннолетних в международном законодательстве. «Конвенция о правах ребенка». «Минимальные стандартные правила, касающиеся отправления правосудия в отношении несовершеннолетних» (Пекинские

правила). «Руководящие принципы для предупреждения преступности среди несовершеннолетних» (Эр-Риядские принципы).

3. Образование и создание системы, обеспечивающей развитие личности молодых людей, особенно находящихся в социально-опасном положении. Отрицательные социальные ярлыки. Роль семьи и образования в профилактике антисоциального поведения, преступлений несовершеннолетних.

4. Дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации. Социальная адаптация ребенка. Социальная реабилитация ребенка. Социальная служба для детей. Социальная инфраструктура для детей. Отдых детей и их оздоровление. Организация отдыха детей и их оздоровления. Государственная политика в интересах детей, ее цели и принципы. Полномочия субъектов государственной власти на осуществление гарантий прав ребенка. Содействие ребенку в реализации и защите его прав и законных интересов. Организационные основы гарантий прав ребенка. Судебная защита прав и законных интересов ребенка.

5. Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав. Порядок образования и содержание направлений деятельности комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав.

6. Меры по защите и восстановлению прав и законных интересов несовершеннолетних, выявление и устранение причин и условий, способствующих безнадзорности, беспризорности, правонарушениям и антиобщественным действиям несовершеннолетних. Организация контроля за условиями воспитания, обучения, содержания несовершеннолетних, а также за обращением с несовершеннолетними в учреждениях системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Меры по координации деятельности органов и учреждений системы профилактики антисоциального поведения, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Подготовка совместно с соответствующими органами или учреждениями материалов, представляемых в суд, по вопросам, связанным с содержанием несовершеннолетних в специальных учебно-воспитательных учреждениях закрытого типа. Оказание помощи в трудовом и бытовом устройстве несовершеннолетних, освобожденных из учреждений уголовно-исполнительной системы, либо вернувшихся из специальных учебно-воспитательных учреждений.

7. Основания и сроки проведения индивидуальной профилактической работы.

8. Несовершеннолетние, в отношении которых проводится индивидуальная профилактическая работа. Родители или законные представители, в отношении которых проводится индивидуальная профилактическая работа. Иные лица, с которыми может проводиться индивидуальная профилактическая работа в случае необходимости предупреждения правонарушений либо для оказания социальной помощи и (или) реабилитации несовершеннолетних.

9. Обстоятельства, являющиеся основаниями проведения индивидуальной профилактической работы и документы, в которых они фиксируются. Сроки проведения индивидуальной профилактической работы и критерии их определения.

10. Права лиц, в отношении которых проводится индивидуальная профилактическая работа и нормативные правовые акты, обеспечивающие их.

11. Проблема суицида. Профилактика социальных патологий: преступность, алкоголизм, наркомания и токсикомания.

12. Социальная работа с неблагополучными семьями. Семья как объект социально-педагогической деятельности. Методики работы социального педагога с неблагополучными семьями. Формы социальной работы с семьей. Технологии профилактики семейного неблагополучия и социального сиротства.

13. Социально-педагогическая работа с антисоциальными детьми.

14. Социально-педагогическая работа с детьми – сиротами и бездомными.

15. Социально-педагогическая работа с жертвами насилия.

16. Социально-педагогическая работа с детьми аддиктивного поведения.

17. Социально-педагогическая работа с девиантными детьми. Органы опеки и попечительства. Органы по делам молодежи и учреждения органов по делам молодежи. Полномочия должностных лиц органов опеки и попечительства по предупреждению безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Защита личных и имущественных прав несовершеннолетних, нуждающихся в помощи государства.

18. Участие органов по делам молодежи в разработке и реализации целевых программ по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Организационно-методическое обеспечение и координация деятельности по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, находящихся в ведении органов по делам молодежи, социальных учреждений, клубов и иных учреждений. Оказание содействия детским и молодежным общественным объединениям, социальным учреждениям, фондам и иным учреждениям и организациям, деятельность которых связана с осуществлением мер по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Участие в финансовой поддержке на конкурсной основе общественных объединений, осуществляющих меры по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Участие в организации отдыха, досуга и занятости несовершеннолетних.

19. Задачи и функции социально-реабилитационных центров для подростков и молодежи, центров социально-психологической помощи молодежи, центров профессиональной ориентации и трудоустройства молодежи, молодежных клубов и иных учреждений. Органов по делам молодежи в соответствии с уставами указанных учреждений или положениями о них.

20. Профилактика правонарушающего поведения несовершеннолетних в административном, уголовном, уголовно- процессуальном, уголовно-исполнительном, гражданском, семейном, жилищном и трудовом праве Российской Федерации.

21. Административные правонарушения, распространенные среди несовершеннолетних. Незаконный оборот и потребление наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов. Занятие проституцией. Мелкое хищение. Мелкое хулиганство. Появление в состоянии опьянения несовершеннолетних, а равно распитие ими пива и напитков, изготовленных на его основе, алкогольной и спиртосодержащей продукции, потребление ими наркотических средств или психотропных веществ в общественных местах.

22. Административная ответственность родителей за совершение подростками правонарушений, за которые сами несовершеннолетние не несут юридической ответственности, но подвергаются иным мерам правового принуждения. Неисполнение родителями или иными законными представителями несовершеннолетних обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних. Нарушение порядка или сроков представления сведений о несовершеннолетних, нуждающихся в передаче на воспитание в семью, либо в учреждение для детей-сирот или для детей оставшихся без попечения родителей.

Примерная тематика рефератов

1. Понятие профилактики негативных социальных явлений, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних и их развитие в истории российского государства

2. Понятие и общая характеристика преступности несовершеннолетних. Социально-психологические причины противоправного поведения несовершеннолетних

3. Основные задачи и принципы деятельности по профилактике негативных социальных явлений, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Основные гарантии прав ребенка в Российской Федерации

4. Система профилактики негативных социальных явлений, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, органы и учреждения ее осуществляющие

5. Органы управления социальной защитой населения и учреждения социального обслуживания. Специализированные учреждения социального обслуживания для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации

6. Органы управления образованием и образовательные учреждения. Специальные учебно-воспитательные учреждения открытого и закрытого типа

7. Органы управления здравоохранением и учреждения здравоохранения. Органы службы занятости.

8. Органы внутренних дел и их подразделения по делам несовершеннолетних. Другие органы и учреждения, осуществляющие меры по профилактике негативных социальных явлений, безнадзорности и правонарушений лиц, склонных к антисоциальному поведению.

Перечень вопросов к зачёту

1. Предмет, задачи и методологические особенности дисциплины «Профилактика негативных социальных явлений».

2. Основные понятия дисциплины «Профилактика негативных социальных явлений».

3. Исторические аспекты предупреждения негативных социальных явлений.

4. Характеристика преступности несовершеннолетних.

5. Причины и условия правонарушений несовершеннолетних.

6. Механизм и мотивация правонарушающего поведения.

7. Всеобщая декларация прав человека о проблемах установления социального порядка.

8. Роль Конвенции ООН о правах ребенка в предупреждении правонарушений несовершеннолетних

9. Минимальные стандартные правила ООН, касающиеся отправления правосудия в отношении несовершеннолетних (Пекинские правила)

10. Руководящие принципы ООН для предупреждения преступности среди несовершеннолетних (Эр-Риядские руководящие принципы).

11. Основные задачи деятельности по профилактике негативных социальных явлений.

12. Основные принципы деятельности по профилактике негативных социальных явлений.

13. Основные гарантии защиты прав ребенка в РФ.

14. Органы и учреждения, составляющие систему профилактики негативных социальных явлений и правонарушений.

15. Содержание деятельности органов и учреждений профилактики негативных социальных явлений, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних.

16. Обязанности органов и учреждений профилактики негативных социальных явлений.

17. Нормативные акты, определяющие содержание деятельности по профилактике негативных социальных явлений.

18. Контроль и надзор за деятельностью органов и учреждений системы профилактики негативных социальных явлений.

19. Основания проведения индивидуальной профилактической работы.

20. Проблема суицида.

21. Профилактика социальных патологий: преступность, алкоголизм, наркомания и токсикомания.

22. Социальная работа с неблагополучными семьями. Семья как объект социально-педагогической деятельности. Методики работы социального педагога с неблагополучными семьями. Формы социальной работы с семьей. Технологии профилактики семейного неблагополучия и социального сиротства.

23. Социально-педагогическая работа с антисоциальными детьми, с детьми – сиротами и бездомными, с жертвами насилия, с детьми аддиктивного поведения, с девиантными детьми

24. Сроки проведения индивидуальной профилактической работы.

25. Категории лиц, в отношении которых проводится индивидуальная профилактическая работа.

26. Права лиц, в отношении которых проводится индивидуальная профилактическая работа.

27. Порядок образования и направления деятельности комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав.

28. Законодательство, регулирующее деятельность комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав. Содержание и компетенции деятельности комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав.

29. Функции органов управления социальной защитой населения

30. Учреждения социального обслуживания, их разновидности и направления деятельности

31. Специализированные учреждения социального обслуживания для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации.

32. Функции органов управления образованием и образовательных учреждений. Задачи психолого-медико-педагогических комиссий.

33. Специальные учебно-воспитательные учреждения открытого типа. Специальные учебно-воспитательные учреждения закрытого типа.

34. Правовое регулирование деятельности органов опеки и попечительства по профилактике негативных социальных явлений, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних.

35. Органы по делам молодежи и учреждения органов по делам молодежи.

36. Задачи и функции органов здравоохранения. Виды медицинской помощи, оказываемой группам лиц, склонными к антисоциальному поведению.

37. Деятельность органов службы занятости в профессиональной ориентации несовершеннолетних и содействие трудовому устройству граждан, нуждающихся в помощи государства. Права должностных лиц органов службы занятости.

38. Профилактическая деятельность органов внутренних дел и их подразделений по выявлению лиц, склонных к антисоциальному поведению и других категорий в целях предупреждения правонарушений.

39. Центры временной изоляции для несовершеннолетних правонарушителей, для лиц, склонных к антисоциальному поведению органов внутренних дел

40. Другие органы и учреждения, осуществляющие меры по профилактике негативных социальных явлений, безнадзорности несовершеннолетних и правонарушений лиц, склонных к антисоциальному поведению.

41. Основания и порядок подготовки материалов о помещении несовершеннолетних, не подлежащих уголовной ответственности, в специальные учебно-воспитательные учреждения закрытого типа.

42. Профилактика антисоциального поведения несовершеннолетних в административном праве.

43. Профилактика антисоциального поведения несовершеннолетних в уголовном, уголовно-процессуальном и уголовно-исполнительном праве.

44. Профилактика антисоциального поведения несовершеннолетних в гражданском, семейном, жилищном и трудовом праве Российской Федерации.

45. Юридическая ответственность несовершеннолетних.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Семинарские занятия	
Четвертый	Тема 1. Предмет, задачи, основные понятия дисциплины «Профилактика негативных социальных	6	2	2	2

	явлений». Понятие профилактики негативных социальных явлений, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних и их развитие в истории российского государства.				
Четвертый	Тема 2. Понятие и общая характеристика преступности несовершеннолетних. Социально-психологические причины антисоциального, противоправного поведения несовершеннолетних.	14	2	2	10
Четвертый	Тема 3. Основные задачи и принципы деятельности по профилактике негативных социальных явлений, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних. Основные гарантии прав ребенка в Российской Федерации.	8	2	2	4
Четвертый	Тема 4. Система профилактики негативных социальных явлений, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, органы и учреждения ее осуществляющие.	6	2	2	2
Четвертый	Тема 5. Органы управления социальной защитой населения и учреждения социального обслуживания. Специализированные учреждения социального обслуживания для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации.	12	2	2	8
Четвертый	Тема 6. Органы управления образованием и образовательные учреждения. Специальные учебно-воспитательные	10	2	2	6

	учреждения открытого и закрытого типа				
Четвертый	Тема 7. Органы управления здравоохранением и учреждения здравоохранения. Органы службы занятости. Органы внутренних дел и их подразделения по делам несовершеннолетних. Другие органы и учреждения, осуществляющие меры по профилактике негативных социальных явлений, безнадзорности и правонарушений лиц, склонных к антисоциальному поведению.	16	2	4	10
	Итого:	72	14	16	42

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачётом.

Итоговый контроль проводится в форме ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Коробкина, З.В. Профилактика наркотической зависимости у детей и молодежи : учеб. пособие для учреждений высш. проф. образования / З.В. Коробкина, В.А. Попов. - 5-е изд., стер. - М. : Академия, 2012. - 192 с.

2. Назарова, Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие : учеб. пособие для студ. вузов / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 256 с.

3. Рубанович, В.Б. Основы здорового образа жизни : учеб. пособие / В.Б. Рубанович, Р.И. Айзман. - Новосибирск : АРТА, 2011. - 256 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Брук, Т.М. Наркомания: современные методы профилактики и реабилитации : учебно-метод. пособие для студ. вузов физ. культуры / Т.М. Брук, Е.Г. Мильнер. - Смоленск : СГАФКСТ, 2008. - 78 с.

2. Иванюков, М.И. Основы безопасности жизнедеятельности : учеб. пособие / М.И. Иванюков, В.С. Алексеев. - М. : Дашков и К, 2007. - 240 с.

3. Физкультурно-спортивная деятельность в организации профилактики наркомании среди занимающихся в образовательных учреждениях спортивной направленности : пример. программа по профилактике наркомании для занимающихся в ДЮКФП, ДЮСШ, СДЮШОР / ред. С.П. Евсеев. - СПб. : СПбНИИФК, 2006. - 16с.

3.52. Рабочая программа дисциплины «Физическая реабилитация» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: преподаватель - Федорова Юлия Владимировна

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основной целью изучения дисциплины «Физическая реабилитация» является овладение общими принципами и методическими правилами по применению физических упражнений для реабилитации больных с различными травмами, профилактики, лечения и восстановления при заболеваниях сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной и мочевыделительной систем, обмена веществ и суставов; получение студентами комплекса знаний и навыков, необходимых им в профессиональной деятельности как будущим специалистам в области адаптивной физической культуры.

Задачи дисциплины

- ознакомить студентов с теоретическими основами лечебной физической культуры;
- сформировать у студентов представление об этиологии, патогенезе и клинической картине наиболее распространенных заболеваний сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной и мочевыделительной систем, при заболеваниях обмена веществ и суставов, а также в травматологической практике;
- сформировать у студентов представление о механизмах профилактического, лечебного действия физических упражнений при рассматриваемых заболеваниях и повреждениях.
- ознакомить студентов с особенностями методик применения средств, форм лечебной физической культуры при рассматриваемых заболеваниях и повреждениях.
- привить умения и навыки, необходимые для физической реабилитации терапевтических и травматологических больных.

Место дисциплины в профессиональной подготовке выпускника

Дисциплина «Физическая реабилитация» относится к вариативной части профессионального цикла ООП бакалавриата по направлению «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (адаптивная физическая культура).

Приступая к изучению дисциплины «Физическая реабилитация» студенты должны владеть знаниями в области социальной психологии и реабилитации, иметь представление о закономерностях формирования и особенностях функционирования системы социальной поддержки лиц с отклонениями в состоянии здоровья, уметь анализировать, сопоставлять, экстраполировать полученные знания применительно к вновь изучаемому курсу. Вместе с тем студенты должны быть готовы к саморазвитию, осознанию значимости своей будущей профессии, требующей применения в будущем полученных профессионально-профильных знаний в практической деятельности. Для успешного усвоения материала курса студенты должны обладать основами знаний предмета социологии, ее роли и функции в современном обществе, структуры и понятийного аппарата общей социологической теории.

На курс «Физическая реабилитация», изучаемый в VIII семестре, в учебном плане отводится 108 часов, аудиторных – 40, из них: лекционных – 18 и практических -22. Самостоятельная работа студентов занимает 68 часов. Форма итогового контроля – зачет в VIII семестре.

На лекционных занятиях излагается наиболее важный теоретический материал. На методических занятиях обеспечивается возможность овладения студентами практическими навыками разработки индивидуальных схем проведения лечебных процедур по ЛФК. Кроме того, на методических занятиях проверяются знания, формируются естественнонаучные убеждения и основы профессиональной этики, вынесенные из лекций и практических занятий, осуществляется контроль за текущей успеваемостью (доклады, обзоры, рефераты и

контрольные работы). Практические занятия проводятся с целью формирования у студентов необходимых для самостоятельной работы профессионально-педагогических умений и навыков непосредственного проведения уроков лечебной гимнастики при конкретной патологии. Самостоятельная работа представляет собой форму заданий, выполнение которых студент проводит вне аудитории.

В процессе занятий используются активные формы обучения /метод групповой динамики, дискуссий, деловой игры, реферативной конференции, клинико-педагогические обследования.

Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-8, ОК-14, ПК-3, ПК 4, ПК-14, ПК-15, ПК-25, ПК-26, ПК-27, ПК-28, ПК-30, ПК 32.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- основные клинические проявления внутренних болезней и травм;
- показания и противопоказания к применению физической реабилитации;
- основы и особенности методики лечебной физической культуры при рассматриваемых заболеваниях и повреждениях.

уметь:

- определить содержание занятий по лечебной физической культуре в различные периоды заболевания;
- разработать индивидуальные конспекты уроков лечебной гимнастики при конкретной патологии;
- уметь определять степень воздействия физических нагрузок на организм занимающегося для выявления их эффективности и корректировать физическую нагрузку на занятии.

овладеть:

- методами создания психологического комфорта для занимающихся во время проведения занятий;
- методами врачебно-педагогического контроля для определения текущего функционального состояния занимающихся и правильной их интерпретации;
- приемами помощи и страховки занимающихся при проведении занятий;
- навыками оказания первой доврачебной помощи пострадавшим во время занятий;
- методами просветительской деятельности в работе с родителями детей-инвалидов;
- методами организации и проведения поисково-исследовательской работы, обобщения и анализа полученных результатов.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебных занятий:

- для проведения лекционных занятий – специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком;
- для проведения практических занятий – оборудованный мини-спортивный зал с тренажерами, инвалидная коляска, костыли, системы для вертикализации позы, мягкий гамак, ходунки, мячи разного размера (теннисные с пупырышками), мягкие, фитболы разного размера, валики, ленты различных цветов, обручи, кегли, поролоновые матрасики, гимнастическая скамейка, шведская стенка, гантели различного веса, инвентарь для развития мелкой моторики рук, детские игрушки;

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Физическая реабилитация» содержит разделы:

Раздел 1. Общие теоретические основы физической реабилитации.

Раздел 2. Физическая реабилитация больных в травматологии.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы.

1. Возникновение, становление и развитие ЛФК и комплексной реабилитации в мире и в России.
2. Характеристика гимнастических упражнений в ЛФК.
3. Спортивно-прикладные упражнения в ЛФК.
4. Игры в ЛФК.
5. Применение естественных факторов природы в качестве основного средства ЛФК.
6. Трудо- и механотерапия как дополнительные средства ЛФК.
7. Тренажеры (назначение, классификация, характеристика, клинико-физиологическое обоснование их использования).
8. Лечебное плавание как одна из форм проведения ЛФК.
9. Терренкур как одна из форм проведения ЛФК.
10. Характеристика методов лечения переломов.
11. Физическая реабилитация больных с переломами верхних конечностей с использованием оперативного метода лечения.
12. Физическая реабилитация больных с переломами нижних конечностей с использованием оперативного метода лечения.
13. Особенности физической реабилитации при переломах верхних и нижних конечностей с применением скелетного вытяжения.
14. Физическая реабилитация при переломах костей кисти и стопы.
15. Особенности применения механо-и трудотерапии при реабилитации больных с переломами верхних конечностей. Особенности применения физической реабилитации при травмах верхних конечностей у спортсменов.
16. Особенности самостоятельного применения больными дозированной ходьбы после травм костей нижних конечностей.
17. Особенности применения физической реабилитации при травмах нижних конечностей у спортсменов.
18. Восстановление подвижности в суставах – ликвидация контрактур: классификация контрактур, общие принципы лечения контрактур, задачи и методы двухэтапной лечебной программы контрактур.
19. Физическая реабилитация при травмах суставов у спортсменов (согласно своей специализации).
20. Методика ЛФК при инфаркте миокарда на санаторном и поликлиническом этапах реабилитации.
21. Определение толерантности к физической нагрузке (ТФН) и функционального класса больного ИБС.
22. Методика ЛФК при приобретенных пороках сердца на санаторном и поликлиническом этапах реабилитации.
23. Методика ЛФК при гипертонической болезни на санаторном и поликлиническом этапах реабилитации.
24. Методика ЛФК при гипотонии на санаторном и поликлиническом этапах реабилитации.
25. Особенности занятий физическими упражнениями и спортом для лиц старшего и пожилого возраста в зависимости от степени и характера изменений со стороны ССС.
26. Оздоровительные физические тренировки (ОФТ) (понятие ОФТ; клинико-физиологическое обоснование использования ОФТ при различных заболеваниях; основные условия оптимальной ОФТ; противопоказания и показания к физическим тренировкам; критерии прекращения тренировки из-за ухудшения самочувствия или появления болезненных симптомов, правила контроля и дозирования физических нагрузок).

27. Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов дыхания на санаторном и поликлиническом этапах лечебно-оздоровительных мероприятий.
28. Дыхательная гимнастика по Бутейко.
29. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой.
30. Контроль за переносимостью физической нагрузки и определение эффективности занятий ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
31. Особенности занятий физическими упражнениями и спортом для лиц старшего и пожилого возраста в зависимости от степени и характера изменений со стороны органов дыхания.
32. Особенности методики проведения ЛФК при заболеваниях обмена веществ на санаторном этапе реабилитации.
33. Роль специальных физических упражнений и гигиенических средств в системе профилактики и лечения ожирения.
34. Особенности методики проведения ЛФК при заболеваниях суставов на санаторном этапе реабилитации.
35. Методика проведения суставной гимнастики при заболеваниях суставов.
36. Восстановление подвижности в суставах – ликвидация контрактур: классификация контрактур, общие принципы лечения контрактур, задачи и методы двухэтапной лечебной программы контрактур.
37. Особенности занятий физическими упражнениями и спортом для лиц старшего и пожилого возраста в зависимости от степени и характера изменений со стороны обмена веществ и суставов.

Перечень вопросов к зачету

1. Возникновение, становление и развитие комплексной реабилитации в мире.
2. Место и роль физической реабилитации в системе комплексной реабилитации больных и инвалидов: понятие о реабилитации, цель, задачи, средства комплексной реабилитации, понятие физической реабилитации, средства и принципы физической реабилитации, применяемые в комплексной реабилитации больных.
3. Методы оценки функционального состояния больных и инвалидов с целью назначения адекватного комплексного дифференцированного восстановительного лечения и определения эффективности физической реабилитации (специальная диагностика и методы контроля за текущим состоянием больного в процессе реабилитации, диагностическое заключение (реабилитационный диагноз, реабилитационная программа, стратегия реабилитации); исходы реабилитации и оценка степени восстановления).
4. ЛФК как дисциплина. Цели и общие задачи ЛФК. Характеристика метода ЛФК. Отличительная особенность ЛФК как метода от других методов комплексного лечения больных.
5. Средства ЛФК. Классификация и характеристика ФУ, применяемых в ЛФК. Отличительная особенность ФУ, применяемых в ЛФК, от обычных ФУ.
6. Клинико-физиологическое обоснование механизмов лечебного и реабилитационного действия ФУ: отрицательные последствия длительного постельного режима и иммобилизации; теория Р.М. Могендовича; 4 механизма действия ФУ на организм больного.
7. Формы занятий в ЛФК. Способы проведения ЛФК. Цель и назначение общей и специальной тренировки в ЛФК.
8. Структура урока лечебной гимнастики и характеристика его частей. Контроль за нагрузкой на уроке. Критерии адекватности физической нагрузки на уроке.
9. Общие основы методики ЛФК: критерии зависимости методики ЛФК в каждом конкретном случае; общепедагогические принципы занятий ЛФК; дозировка физической нагрузки на занятиях ЛФК, факторы, влияющие на величину нагрузки; общие правила разработки конспектов ЛГ; показания и противопоказания (общие, временные) к применению ЛФК.

10. Этапы реабилитации больных. Периоды ЛФК и режимы двигательной активности больных на стационарном и санаторном этапах реабилитации (определение, характеристика, цель, задачи).
11. Организация работы по ЛФК в ЛПУ (структура отделения ЛФК, должностные обязанности методиста ЛФК, учетно-отчетная документация, инвентарь и медицинское оборудование).
12. Травмы ОДА (понятие, классификация, симптомы, травматическая болезнь). Недостатки длительного постельного режима и иммобилизации при травмах ОДА.
13. Переломы (понятие, классификация, клинические проявления переломов).
14. Методы лечения переломов и их сравнительная характеристика.
15. Общие основы методики физической реабилитации при переломах (показания и противопоказания к занятиям ЛФК, цель, задачи общего и специального характера, основные средства ЛФК на каждом периоде стационарного этапа).
16. Особенности физической реабилитации при переломах верхнего плечевого пояса (на примере перелома лопатки, ключицы).
17. Особенности физической реабилитации при диафизарных переломах верхней конечности с применением различных методов лечения (метод фиксации, металлоостеосинтез).
18. Особенности физической реабилитации при переломах костей кисти.
19. Особенности физической реабилитации при диафизарных переломах нижней конечности с применением различных методов лечения (фиксационный метод, экстензионный метод, остеосинтез).
20. Особенности физической реабилитации при переломах костей стопы.
21. Реабилитация при внутрисуставном переломе плечевого сустава (причины, виды переломов, лечение, методика ЛФК).
22. Особенности физической реабилитации при привычном вывихе плеча (причины, лечение, методика ЛФК).
23. Реабилитация при травмах локтевого сустава (причины, виды травм, лечение, методика ЛФК).
24. Физическая реабилитация при переломе лучевой кости в «типичном» месте.
25. Реабилитация при повреждениях суставно-связочного аппарата лучезапястного сустава (причины, лечение, методика ЛФК).
26. Особенности физической реабилитации при медиальном переломе шейки бедра.
27. Реабилитация при повреждениях связочно-сухожильного аппарата и капсулы коленного сустава (причины, методы лечения, методика ЛФК).
28. Особенности физической реабилитации при переломе мыщелков бедра и большеберцовой кости (причины, лечение, методика ЛФК).
29. Особенности физической реабилитации при повреждениях менисков (причины, лечение, методика ЛФК).
30. Особенности физической реабилитации при внутрисуставном переломе голеностопного сустава (причины, лечение, методика ЛФК).
31. Реабилитация при повреждениях сухожильно-связочного аппарата голеностопного сустава (причины, методы лечения, методика ЛФК).
32. Восстановление подвижности в суставах – ликвидация контрактур: классификация контрактур, общие принципы лечения контрактур, задачи и методы двухэтапной лечебной программы контрактур.
33. Особенности применения физической реабилитации при переломе позвоночника в шейном отделе (перелом 1-2 шейных позвонков).
34. Особенности применения физической реабилитации при переломе позвоночника в шейном отделе (перелом 5-6 шейных позвонков).
35. Перелом позвоночника в грудопоясничном отделе. Особенности применения физической реабилитации.
36. Физическая реабилитация при изолированных переломах костей таза.

37. Физическая реабилитация при разрыве симфиза.
38. Физическая реабилитация при переломе костей тазового кольца типа Мальгенья.
39. Механо-и трудотерапия в травматологии.
40. Определение толерантности к физической нагрузке (ТФН) и функционального класса больного ИБС.
41. Атеросклероз: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.
42. Стенокардия: этиология, патогенез, клиника, задачи и методика ЛФК в зависимости от функционального класса на трехэтапной системе реабилитации.
43. Инфаркт миокарда: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.
44. Приобретенные пороки сердца: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.
45. Гипертоническая болезнь: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.
46. Гипотоническая болезнь: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.
47. Облитерирующий эндартериит: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.
48. Варикозное расширение вен: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.
49. Общие данные о заболеваниях дыхательной системы. Этиология и патогенез бронхо-легочной патологии. Клинико-физиологическое обоснование лечебного действия ФУ. Контроль за переносимостью физической нагрузки и определение эффективности занятий ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
50. Характеристика специальных дыхательных упражнений при бронхо-лёгочной патологии на примере звуковой гимнастики.
51. Характеристика специальных дыхательных упражнений при бронхо-лёгочной патологии на примере дренажной гимнастики и постурального дренажа.
52. Характеристика специальных дыхательных упражнений при бронхо-лёгочной патологии на примере упражнений в растягивании плевральных спаек.
53. Характеристика специальных дыхательных упражнений при бронхо-лёгочной патологии на примере статических дыхательных упражнений.
54. Контроль за переносимостью физической нагрузки и определение эффективности занятий ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
55. Острая и хроническая пневмония: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.
56. Бронхиальная астма: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.
57. Туберкулез легких: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.
58. Плеврит: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.
59. Бронхит: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методик ЛФК.
60. Бронхоэктатическая болезнь: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методик ЛФК.
61. Эмфизема легких: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.
62. Пневмосклероз: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

63. Применение при различных бронхолегочных патологиях дыхательной гимнастики по Бутейко, Стрельниковой и др.

64. Гастриты: этиология, патогенез, клинические проявления, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

65. Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки: этиология, патогенез, клинические проявления, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

66. Энтериты: этиология, патогенез, клинические проявления, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

67. Дискинезии кишечника: этиология, патогенез, клинические проявления, показания и противопоказания к назначению ЛФК, особенности методики ЛФК.

68. Дискинезии желчевыводящих путей: этиология, патогенез, клинические проявления, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

69. Ожирение: этиология, патогенез, клинические проявления нарушений различной степени, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

70. Сахарный диабет: этиология, клинические проявления. Возможные нарушения при сахарном диабете, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

71. Подагра: этиология, клинические проявления. Показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методики ЛФК.

72. Артриты: этиология, клиника, стадии патологического процесса в суставе по А.И. Нестерову, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и методика ЛФК по периодам. Примеры заболеваний.

73. Болезнь Бехтерева: этиология, клиника, задачи и методика ЛФК.

74. Артрозы суставов: этиология, клиника, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и методика ЛФК по периодам. Примеры заболеваний.

75. Пиело - и гломерулонефрит: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и особенности методик ЛФК.

76. Мочекаменная болезнь: этиология и патогенез, клиническая картина, показания и противопоказания к назначению ЛФК, задачи и методика ЛФК.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Практические занятия	
1	Раздел 1. Общие теоретические основы физической реабилитации.	12	4	2	6
2	Раздел 2. Физическая реабилитация больных в травматологии.	32	4	8	20
3	Тема 2.1. Общие теоретические основы травматологии. Физическая реабилитация при переломах костей верхнего плечевого пояса, костей верхних и нижних конечностей.	14	2	4	8

4	Тема 2.2. Физическая реабилитация при травмах суставов. Физическая реабилитация при переломах позвоночника и таза.	18	2	4	12
7	Раздел 3. Физическая реабилитация терапевтических больных.	64	10	12	42
8	Тема 3.1. Физическая реабилитация при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	16	2	2	12
9	Тема 3.2. Физическая реабилитация при заболеваниях органов пищеварения и заболеваниях обмена веществ.	10	2	2	6
10	Тема 3.3. Физическая реабилитация при заболеваниях органов дыхания.	14	2	2	10
11	Тема 3.4. Физическая реабилитация при заболеваниях органов мочевого выделения.	10	2	2	6
12	Тема 3.5. Физическая реабилитация при заболеваниях суставов.	14	2	4	8
13	Итого:	108	18	22	68

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения в восьмом семестре завершается зачетом. Зачёт проводится в форме устных ответов на вопросы, которые преподаватель задает в произвольном порядке.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная).

1. Лечебная физическая культура : учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / ред. С.Н. Попов. - 8-е изд., испр. - М.: Академия, 2012. - 416 с.
2. Лечебная физическая культура : учеб. для студ. вузов / ред. С.Н. Попов. - 7-е изд., стер. - М.: Академия, 2009. - 416 с. - (Высш. проф. образование).

Рекомендуемая литература (дополнительная).

1. Еремушкин, М.А. Основы реабилитации: учеб. пособие для студ. учреждений сред. мед. проф. образования / М.А. Еремушкин. - М. : Академия, 2011. - 208 с.
2. Козырева, О.В. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия : учеб. словарь-справочник / О.В. Козырева, А.А. Иванов. - М.: Советский спорт, 2010. - 280 с.
3. Янгулова, Т.И. Лечебная физкультура: анатомия упражнений / Т.И. Янгулова. - Ростов н/Д : Феникс, 2010. - 175 с.
4. Стёпкина, М.А. Система диагностических и консервативных лечебных мероприятий при нарушениях осанки и деформации позвоночника у детей и подростков: монография/М.А. Стёпкина, В.К. Федотов, А.П. Шкляренко. – Омск: Издательский дом «ЛЕО», 2009. – 240 с.
5. Цицкишвили, Н.И. «Комплексная физическая реабилитация» / Н.И. Цицкишвили - МГАФК - Малаховка, 2008 г.-22 с.

3.53. Рабочая программа дисциплины «Акмеологическое развитие личности будущего специалиста АФК» 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Манойлов Артем Анатольевич, к.п.н., доцент кафедры

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Целью освоения учебной дисциплины «Акмеологическое развитие личности будущего специалиста АФК» является формирование у студентов акмеологического видения мира своей профессии. Учебный курс призван создать у студентов мотивацию к овладению знаниями по акмеологическому развитию, способствовать процессу акмеологического самоопределения будущих специалистов адаптивной физической культуры и личностной рефлексии студентов.

Дисциплина формирует у студентов представление о профессиональной деятельности, о психолого-акмеологических требованиях к личности специалиста, об акмеологических факторах способствующих достижению вершин в избранной профессии, о возможных трудностях в профессии и путях их преодоления, о карьерном самопрогнозировании и саморазвитии. Курс поможет студентам наметить пути выработки индивидуального стиля профессиональной деятельности и развить психолого-акмеологические навыки эффективного общения в профессиональной деятельности, наметить собственный путь карьерного движения, развить общекультурные и профессиональные компетенции.

Практические упражнения по психолого – акмеологической саморегуляции и психокоррекции помогут будущим специалистам в дальнейшем профессиональном самосовершенствовании.

Задачи дисциплины

- сформировать у студентов – будущих специалистов адаптивной физической культуры акмеологическое видение своей профессиональной деятельности;
- ознакомить студентов с акмеологическими путями профессионального самосознания;
- обобщить теоретический и практический опыт акмеологического становления личности специалиста;
- способствовать развитию навыков акмеологического саморазвития, самосовершенствования, саморегуляции;
- сформировать у студентов основы знаний о мастерстве педагога как высшем уровне профессионализма и обеспечить умениями выявлять этот уровень по функциональному и результативно-личностному аспектам деятельности.
- развить ориентацию студентов на самосозидание в профессиональной сфере, достижение вершин в карьере избранной специальности.

Место дисциплины в профессиональной подготовке выпускника

Дисциплина по выбору студента «Акмеологическое развитие личности будущего специалиста АФК» относится к вариативной части профессионального цикла.

Для освоения данной дисциплины обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, которые они получили в процессе изучения дисциплин «Психология и педагогика», «Психология развития» «Психология физической культуры», «Педагогика физической культуры». Особенность дисциплины состоит в формировании знаний и навыков, позволяющих анализировать социальные и психологические процессы, а также основные закономерности профессионально-педагогической деятельности.

В связи с тем, что будущий специалист АФК будет работать в сфере «Человек-человек», то в процессе изучения курса важно воспитывать у студентов личностные качества, которые помогут в достижении вершин профессиональной деятельности, т.е. личного «акме».

Дисциплина призвана способствовать формированию и развитию профессиональной

направленности личности будущего специалиста АФК, научить студентов соблюдать в профессиональной деятельности принцип «самосозидания». Важно, чтобы студенты уже с первого курса понимали, к каким профессиональным вершинам они должны стремиться, и какие психолого-акмеологические факторы способствуют становлению специалиста в профессии.

В рамках лекций предполагается систематическое, последовательное, монологическое изложение преподавателем учебного материала теоретического характера. Лекционный курс рассматривает основные психолого-акмеологические категории и понятия, историю развития акмеологии как науки о достижении профессионального мастерства, психологических учений и принципов акмеологического саморазвития. В процессе изучения курса студенты должны усвоить, что работа специалиста адаптивной физической культуры, требует от человека высокой ответственности, нравственной зрелости, организаторской активности, справедливости, выдержки, профессиональной наблюдательности, профессиональной толерантности, развитой профессиональной коммуникации и акмеологической направленности.

Практические занятия направлены на закрепление полученных знаний, конкретизацию и углубленную проработку лекционного материала, проверку самостоятельной работы. Освоение курса предполагает, помимо посещения лекций и практических занятий, написание и защиту реферата на одну из предложенных тем.

Семинарские занятия являются той формой, которая дает возможность студентам развивать творческую самостоятельность, укреплять интерес к науке и научным исследованиям: студенты овладевают научными понятиями; приобретают навыки оформления научных работ; овладевают искусством устного и письменного изложения материала, используя научный стиль речи.

Самостоятельная работа направлена на углубленное освоение тем программы, включает подготовку докладов, а также углубление знаний и навыков, полученных на практических занятиях. При этом могут использоваться интерактивные формы в виде компьютерного и «живого» тестирования, а также деловых игр по темам: «Я-профессионал», «Акмеологическое саморазвитие», «Психокоррекция», «Инструментарий акме», «Три судьбы» и т.д.

Образовательный процесс происходит в учебных аудиториях. Помещения должны быть укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами для представления учебной информации студентам. Используются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающих показ тематических иллюстраций во время проведения лекционных занятий.

Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-1, ОК-8, ОК-19, ПК-3.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- основные понятия психолого-акмеологического развития;
- показатели успешности/неуспешности профессиональной деятельности и способы её коррекции;
- основные пути и направления самосовершенствования личности и повышения квалификации;
- нравственные принципы социального поведения;
- этические нормы, регулирующие отношение человека к человеку, обществу, природе;
- принципы планирования воспитательных воздействий на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников;
- технологии обучения;

уметь:

- использовать в профессиональной деятельности основные законы психолого-педагогического развития;

- в зависимости от требуемых целей выбрать законы, формы, правила, приемы познавательной деятельности и мышления, которые составляют содержание культуры мышления;
 - проводить анализ учебного занятия и определять его эффективность, знать технологии обучения;
 - анализировать достижения выдающихся людей и выявлять условия осуществления творческой деятельности;
 - осуществлять самоанализ и самопознание себя как личности и осуществлять коллективную мыслительную деятельность;
 - уметь применять полученные знания на практике;
- владеть:**
- навыками активного слушания, специальной терминологией и лексикой;
 - навыками поиска акмеологической информации;
 - основами методов исследования в психолого-педагогических науках и их практического применения;
 - навыками выбора и применения педагогически целесообразных форм воздействия на личность обучающегося и помощи учащимся в самовоспитании;
 - основами системного подхода к анализу объектов и процессов при решении задач в профессиональной сфере.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО КУРСАМ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Акмеологическое развитие личности будущего специалиста АФК» содержит разделы:

Раздел 1. Общие основы акмеологического развития.

Раздел 2. Акмеологическая направленность подготовки специалистов адаптивной физической культуры.

Раздел 3. Коммуникативная компетентность специалиста АФК.

Раздел 4. Педагогическое мастерство - высший уровень профессионализма педагога.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Охарактеризуйте предмет акмеологии.
2. Назовите основные элементы проявления творческого потенциала человека, которые можно использовать в сравнительном акмеологическом исследовании.
3. Охарактеризуйте проблемы и задачи акмеологии, относящиеся к профессиональной деятельности.
4. Назовите основные составляющие профессионализма человека и кратко охарактеризуйте их.
5. Какие качества личности педагога считаются профессионально важными?
6. Дайте краткую характеристику различных видов профессионально-педагогической компетентности.
7. Структура обучающей деятельности педагога.
8. Объект обучающей деятельности педагога как целостное педагогическое явление.
9. Охарактеризуйте цели самосовершенствования человека.
10. Самопознание себя как личности и применение тестов с этой целью.
11. Дайте краткую характеристику следующим методам самовоспитания: самоубеждение, самоприказ, самоконтроль, самоотчет.
12. Какие определения понятия «педагогический опыт» вам известны?
13. Виды педагогического опыта и их характерные особенности.
14. Педагогический опыт как фактор самореализации творческого потенциала педагога.

15. Структура профессионально-педагогического мастерства.
16. Какие группы критериев могут позволить определить уровень профессионализма педагога?
17. Каким образом можно определить эффективность технологии обучения?
18. Перечислите условия эффективного проведения дидактических игр.
19. Назовите условия, способствующие эффективной коллективной мыследеятельности в дидактических играх.
20. Какие особенности личности способствуют достижению вершины самореализации в деятельности с достижением выдающихся результатов, оказывающих влияние на прогресс человечества. Приведите пример (примеры) выдающихся личностей из прошлого и настоящего времени.
21. Осуществите самопрезентацию по заданию педагога с целью выявления отдельных сторон «Я-концепции».
22. Перечислите, какие задачи самосовершенствования решаются (решались) вами более успешно и какие требуют большего внимания по вашему мнению.
23. В процессе коллективной мыследеятельности (КМД) в микрогруппе разработайте один из видов тестов с целью использования его в ДЮСШ, СПК, УОР, ИФК.
24. Используя предыдущий вариант работы (КМД) разработайте модель учебного (учебно-тренировочного) занятия с применением игрового моделирования профессиональной деятельности педагога.
25. Осуществите определение:
 - а) уровня обучающей деятельности педагога;
 - б) коэффициента эффективности учебного занятия или технологии обучения.

Темы докладов и рефератов

1. Актуальные проблемы акмеологии.
2. Философские основы, методологические принципы и методы психологии развития.
3. Конкурентоспособность специалиста.
4. Сфера деятельности конкурентоспособной личности.
5. Сфера общения конкурентоспособной личности.
6. Методы изучения и развития конкурентоспособной личности.
7. Прикладные области акмеологии: критерии выделения и основные направления.
8. Психология профессионального развития. Понятия: профессионализм, компетентность, квалификация.
9. Роль психологии развития и акмеологии в профессиональном становлении личности
10. Роль акмеологии в совершенствовании реабилитационно-педагогической деятельности.
11. Проблемы профпригодности личности. Структура профессионально-важных качеств.
12. Социализация и индивидуализация в развитии личности. Реализация концепции «Я» в системе жизненных отношений личности.
13. Этапы становления акмеологии как науки.
14. Психологическая и профессиональная зрелость личности.
15. Психологические изменения личности в процессе непрерывного профессионального образования.
16. Развитие человека в коллективе, организации, в системах управления.
17. Профессиональное и личностное самоопределение: их особенности и взаимосвязь.
18. Проблемы периодизации возрастного развития человека. Профессионализм и возраст. Их соотношение в разных профессиях.
19. Психолого-акмеологическое содержание профессионализма. Понятие «акме». Достижение вершин профессионализма: условия и факторы.
20. Профессионализм и индивидуальный стиль деятельности.
21. Этапы и закономерности становления и развития профессионала.
22. Развитие профессионального мастерства человека.

23. Креативность как свойство «акме» человека.
24. Психология развития и акмеология творческой деятельности.
25. Психолого-акмеологическое развитие творческого мышления.
26. Психолого-акмеологические характеристики творческой личности.
27. Профессиограмма и акмеограмма как инструмент личностно-профессионального развития.
28. Профессионально-личностная диагностика и способы развития творческого потенциала личности.
29. Современные психолого-акмеологические технологии в развитии профессионализма.
30. Актуальные проблемы «акме» в сфере физической культуры и спорта.
31. Педагогическая культура спортивного педагога АФК.
32. Профессиональная культура спортивного педагога АФК.
33. Педагогическое мастерство тренера АФК.
34. Стили руководства спортивного педагога АФК.
35. Акмеологическая культура спортивного педагога АФК.

Перечень вопросов к зачёту

1. Акмеология как наука.
2. Охарактеризуйте предмет, цели и задачи акмеологии АФК.
3. Перечислите и раскройте основные акмеологические понятия.
4. Типы профессионально-педагогической направленности (по Н.В. Кузьминой).
5. Основные этапы развития акмеологии как науки.
6. Методы акмеологических исследований: теоретические и инструментально-практические.
7. Охарактеризуйте проблемы и задачи акмеологии, относящиеся к профессиональной деятельности специалиста сферы адаптивной физической культуры.
8. Назовите основные составляющие профессионализма человека и кратко охарактеризуйте их.
9. Какие качества личности педагога считаются профессионально важными?
10. Перечислите виды педагогической компетентности и дайте им краткую характеристику.
11. Раскройте структуру обучающей деятельности педагога АФК.
12. Профессионализм личности педагога АФВ: педагогическая направленность; способности; профессионально-важные качества и компетентность.
13. Компоненты профессионализма деятельности педагога: конструктивный, организаторский, коммуникативный и гностический.
14. Раскройте сущность педагогического мастерства.
15. Дайте характеристику педагогических способностей.
16. Педагогическое творчество и его составляющие: творческое самочувствие, искусство общения, педагогическая импровизация. Факторы, влияющие на проявление творческих способностей.
17. Выделите специфические особенности деятельности специалиста адаптивной физической культуры.
18. Раскройте основные требования предъявляемые к личности педагога АФВ.
19. Профессиональное мышление специалиста. Основные статусно-ролевые позиции, характерные для деятельности специалиста по адаптивной физической культуре и спорту.
20. Модель специалиста АФК и ее составляющие.
21. Критерии профессионализма.
22. Уровни профессионализма.
23. Этапы профессионализации личности.
24. Понятие «самореализация» личности педагога АФВ и ее показатели: удовлетворенность, продуктивность и цена.

25. Понятие «самосовершенствование личности», цели и этапы. Пути методы самосовершенствования.

26. Дайте краткую характеристику следующим методам самовоспитания: самоубеждение, самоприказ, самоконтроль, самоотчет.

27. Понятие «педагогический опыт», его виды и компоненты. Изучение передового педагогического опыта в сфере адаптивной физической культуры и спорта.

28. Вершины творчества выдающихся людей в различных сферах деятельности (на собственном примере).

29. Понятие «профессиональная компетентность» и ее компоненты.

30. Виды педагогической компетентности и их характеристика.

31. Модель педагогической компетентности специалиста по адаптивной физической культуре и спорту.

32. Какие группы критериев могут позволить определить уровень профессионализма педагога АФК?

33. Какие особенности личности способствуют достижению вершины самореализации в деятельности с достижением выдающихся результатов, оказывающих влияние на прогресс человечества. Приведите пример (примеры) выдающихся личностей из прошлого и настоящего времени.

34. Перечислите, какие задачи самосовершенствования решаются (решались) вами более успешно и какие требуют большего внимания по вашему мнению.

Перечень вопросов к экзамену

1. Охарактеризуйте предмет, цели и задачи акмеологии АФК.
2. Перечислите и раскройте основные акмеологические понятия.
3. Охарактеризуйте проблемы и задачи акмеологии, относящиеся к профессиональной деятельности специалиста сферы адаптивной физической культуры.
4. Раскройте структуру обучающей деятельности педагога АФК.
5. Профессионализм личности педагога АФВ: педагогическая направленность; способности; профессионально-важные качества и компетентность.
6. Модель специалиста АФК и ее составляющие.
7. Вершины творчества выдающихся людей в различных сферах деятельности (на собственном примере).
8. Какие особенности личности способствуют достижению вершины самореализации в деятельности с достижением выдающихся результатов, оказывающих влияние на прогресс человечества. Приведите пример (примеры) выдающихся личностей из прошлого и настоящего времени.
9. Перечислите, какие задачи самосовершенствования решаются (решались) вами более успешно и какие требуют большего внимания по вашему мнению.
10. Виды педагогической компетентности и их характеристика.
11. Значение общения в реабилитационно-педагогическом процессе.
12. Перечислить функции общения.
13. Раскрыть стили работы.
14. Дать характеристику стилям отношения педагога АФВ (тренера по адаптивному спорту) к ученикам (к спортсменам).
15. Дать понятие речевой деятельности.
16. Раскрыть принципы речевой коммуникации.
17. Дать характеристику принципам вежливости Дж. Лича.
18. Роль слушания в речевой коммуникации. Виды слушания.
19. Условия слушания.
20. Дать характеристику типов собеседников.
21. Профессиональная речь специалиста по адаптивной физической культуре.
22. Культура речи педагога АФВ (тренера по адаптивному спорту).

23. Дать характеристику этапов коммуникативного круга общения.
24. Дать характеристику типичных ошибок восприятия ученика педагогом.
25. Назвать приемы устранения эффектов восприятия.
26. Понятие «уровень общения».
27. Перечислить и охарактеризовать уровни общения.
28. Назовите способы управления инициативой в общении.
29. Перечислите заповеди для воспитателя в общении.
30. Перечислите модели общения педагога АФВ (тренера по адаптивному спорту) с учениками (спортсменами). Дайте характеристику.
31. Понятие конфликта.
32. Причины конфликтов.
33. Прямые методы погашения конфликтов.
34. Косвенные методы погашения конфликтов.
35. Перечислить цели спора.
36. Социальная значимость спора.
37. Культура спора.
38. Сущность педагогического мастерства и особенности его проявления в сфере АФК.
39. Уровни сформированности умений (по Г.А. Засобиной).
40. Компоненты педагогического мастерства.
41. Педагогическая техника. Основные элементы и её проявления в реабилитационно-педагогической деятельности.
42. В чем заключается мастерство педагогического взаимодействия с обучаемыми?
43. Педагогический такт.
44. В чем проявляется владение специалистом в сфере АФК педагогическим мастерством?
45. Основные этапы профессионального становления специалиста АФК.
46. Понятие жизненного сценария.
47. Карьера специалиста. Виды карьеры.
48. Карьера как способ самореализации личности.
49. Уровни профессионализма (по А.К. Марковой).
50. Определение эффективности технологии обучения.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Семинарские занятия	
Раздел 1. Общие основы акмеологического развития					
Первый	Тема 1.1. Акмеология как наука и учебная дисциплина	8	2	2	4
Первый	Тема 1.2. Слагаемые профессионализма и творческой самореализации человека	8	2	2	4
Первый	Тема 1.3. Самосовершенствование человека как одна из основ достижения вершин творческого потенциала	8	2	2	4
Первый	Тема 1.4. Педагогический опыт как результат и опора самореализации творческого потенциала педагога	8	2	2	4
Первый	Тема 1.5. Вершины творчества	8	2	2	4

	выдающихся людей в различных сферах деятельности и прогресс человечества				
Раздел 2. Акмеологическая направленность подготовки специалистов по физической культуре и спорту (ФК и С)					
Первый	Тема 2.1. Современные образовательные технологии - продукт созидательной деятельности педагога	8	2	2	4
Первый	Тема 2.2. Содержание профессиональной подготовки специалистов по ФК и С как средство развития личности	8	2	2	4
Первый	Тема 2.3. Личностная зрелость спортивного педагога и его профессионально-педагогическая компетентность	8	2	2	4
Первый	Тема 2.4. Акмеологическая направленность содержательных и процессуальных составляющих процесса обучения при подготовке специалистов ФК и С и повышении их квалификации	8	2	2	4
Раздел 3. Коммуникативная компетентность специалиста АФК					
Второй	Тема 3.1. Сущность общения в педагогической деятельности	8	2	2	4
Второй	Тема 3.2. Организация вербального взаимодействия	8	2	2	4
Второй	Тема 3.3. Условия эффективной речевой коммуникации	8	2	2	4
Второй	Тема 3.4. Мастерство педагогического взаимодействия	4	-	2	2
Второй	Тема 3.5. Уровни общения педагогов и школьников	8	2	2	4
Второй	Тема 3.6. Специфика педагогического общения	4	-	-	4
Второй	Тема 3.7. Основы психолого-педагогической коррекции общения	8	2	2	4
Второй	Тема 3.8. Искусство спора	6	2	-	4
Раздел 4. Педагогическое мастерство – высший уровень профессионализма педагога АФК					
Второй	Тема 4.1. Основы и сущность педагогического мастерства	6	2	2	2
Второй	Тема 4.2. Профессиональное становление специалиста	6	2	2	2
Второй	Тема 4.3. Карьера как способ	6	2	2	2

	самореализации личности				
	Итого:	144	36	36	72

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на первом курсе во втором семестре завершается зачётом. Зачёт проводится в форме устных ответов на вопросы, которые преподаватель задает в произвольном порядке. На втором курсе студенты сдают экзамен, который проводится в форме устных ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Костицина, Н.М. Акмеологические аспекты профессионально-педагогической деятельности специалиста по физической культуре и спорту: учеб. пособие /Н.М. Костицина, О.Р. Кривошеева, О.М. Чусовитина. – Омск: СиБГУФК, 2010. – 275 с.
2. Костицина, Н.М. Акмеология физической культуры и спорта: учеб. пособие / Н.М.Костицина. – М.: Физическая культура, 2005. – 200с.
3. Хозяинов, Г.И. Акмеология физической культуры и спорта: учеб. пособие / Г.И. Хозяинов, Н.В. Кузьмина, Л.Е. Варфоломеева. – М.: 2009. – 176 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Акмеология физической культуры и спорта: Примерная программа дисциплины. - М., 2003. - 14 с.
2. Костицина, Н.М. Акмеология физической культуры и спорта: учеб. пособие / Н.М. Костицина. - Омск: СиБГУФК, 2005. -180 с.
3. Манойлов А.А. Профессиональная направленность как базовый компонент технологии подготовки спортивных педагогов: монография / А.А. Манойлов. – Великие Луки, 2010. – 140с.
4. Методика воспитательной работы: учеб. пособие для студ. пед. вузов / ред. В.А. Сластенин. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2004. - 144с.+ прил.: С.122-142.
5. Методика воспитательной работы: учеб. пособие для студ. пед. вузов / ред. В.А. Сластенин. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2004. - 144с.+ прил.: С.122-142.
6. Научный портал Теория.Ру [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.teoriya.ru>
7. Пригоровская, ТА Акмеология физической культуры и спорта (практические занятия) : учебно-метод. пособие для студ., обучающихся по специальности 032101 "Физическая культура и спорт" / ТА Пригоровская, А.В. Наумова, Н.В. Гудыма. - Малаховка: МГАФК, 2007. - 52 с.
8. Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы : федеральная целевая программа // Сборник официальных документов и материалов. – 2005. - № 10. – С. 28-42.
9. Российская спортивная энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.libsport.ru/>
10. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года. [Электронный ресурс]: документ. – Режим доступа: <http://minstm.gov.ru/documents/xPages/item.670.html>
11. Тютюков В.Г. Акмеология физической культуры и спорта:учеб.для вузов физ.культуры / В.Г.Тютюков –Хабаровск : ДВГАФК,2006.-349 с.
12. Федеральная целевая программа Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы. [Электронный ресурс] : новости. – Режим доступа : http://rian.ru/fcp_sport/.
13. Хозяинов, Г.И. Мастерство педагога в процессе образования и обучения : монография / Г.И. Хозяинов. – М. : Физическая культура, 2006. – 206 с.
14. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://lib.sportedu.ru/>

15. Электронные книги по спортивной тематике [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.teoriya.ru/studentu/booksport/index.php>

16. Электронный каталог РГБ [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.rsl.ru/ru/s97/s339>

17. Электронный каталог УралГУФК [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://elibrary.uralgufk.ac.ru/>

3. 53. **(а)** Рабочая программа дисциплины «Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Ланская Ольга Владимировна, к.б.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основная цель дисциплины «Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата» - ознакомить будущих бакалавров по адаптивной физической культуре с основами физиологии и патологии важнейших составляющих рессорной системы организма (стопы, позвоночника), базовым материалом по лечебной физической культуре при плоскостопии, нарушениях осанки, сколиозе, а также с вопросами профилактики, диспансеризации и реабилитации детей и подростков с данными патологиями.

Задачи дисциплины

- познакомить с современными сведениями о плоскостопии и нарушениях осанки у детей и подростков;
- изучить информацию об основных методах диагностики, профилактики и лечении детей и подростков с нарушениями функции стопы и осанки;
- познакомить с основными вопросами лечебной физической культуры с учетом возраста ребенка, видов нарушений осанки и стопы.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина по выбору «Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата» относится к вариативной части профессионального цикла Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебная дисциплина «Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата» изучается на первом и втором курсах при очной форме обучения.

Учебная работа (144 часа) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий являются лекции и практические занятия. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях должна быть обеспечена возможность овладения студентами практическими навыками учебно-исследовательской работы, оценки состояния опорного свода стопы и осанки. Внеаудиторная работа (72 часа) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9, ОК-10, ОК-11, ОК-16, ПК-2, ПК-3, ПК-8, ПК-17, ПК-18, ПК-23, ПК-27, ПК-31, ПК-33, ПК-37, ПК-38, ПК-44.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- анатомо-физиологические особенности стопы и позвоночника;
- этиологию и основные положения патогенеза плоскостопия и сколиоза у детей и подростков;
- про основные методы обследования детей и подростков с плоскостопием и нарушениями осанки;
- принципы терапии при плоскостопии и нарушениях осанки;
- санитарно-гигиенические требования к осанке учащихся;

уметь:

- проводить профилактические мероприятия по предотвращению плоскостопия и нарушений осанки и сколиоза у детей и подростков;
- правильно подбирать рациональную обувь с целью профилактики плоскостопия у детей и подростков;
- составлять рациональный режим дня с целью профилактики нарушений осанки;
- подбирать оптимальные размеры школьной мебели для обеспечения правильного физического развития ребенка, профилактики нарушения осанки, зрения и работоспособности;
- формировать ценности здорового образа жизни;

овладеть:

- основными способами определения формы стоп;
- необходимыми знаниями, способствующими соблюдению требований к гигиеническим нормам суточной двигательной активности детей и подростков;
- основными способами определения характерных черт нормальной осанки и выявления возможных признаков ее нарушения;
- навыками для осуществления санитарного надзора за соответствием мебели характеру учебного процесса и группы роста школьников, а также за положением тела ученика при использовании данной мебели для профилактики нарушения осанки;
- основными способами профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата у детей и подростков.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата» содержит разделы:

Раздел 1. ПЛОСКОСТОПИЕ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Раздел 2. НАРУШЕНИЯ ОСАНКИ, СКОЛИОЗ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

Для студентов первого курса

1. Социально-биологические предпосылки повышения роли физической культуры в жизни современного общества.
2. Двигательная активность и здоровье.
3. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями.
4. Роль режима труда и отдыха для сохранения здоровья: биоритмологическая организация функций; рациональная организация режима дня учащихся; сон как важный фактор здоровья.
5. Формирование здорового образа жизни.
6. Утренняя гигиеническая гимнастика (УГГ) и закаливание (значение и роль УГГ для здоровья человека, методика проведения УГГ, влияние УГГ на организм в зависимости от биоритмологического профиля; понятие о закаливании и общие принципы закаливания, механизмы влияния закаливания на организм, особенности закаливания водой, воздухом, солнцем, особенности закаливания детей, спортсменов, часто болеющих, здоровых).
7. Подвижные игры с элементами коррекции как одно из профилактических средств плоскостопия и нарушения осанки.
8. Нормы массы обуви в зависимости от вида крепления, конструкции и используемых материалов.
9. Физкультурная группа при плоскостопии.
10. Освидетельствование граждан с плоскостопием при первоначальной постановке на воинский учет, призыве на военную службу.

Для студентов второго курса

1. Основные факторы, влияющие на нормальное или патологическое формирование позвоночника в постнатальном периоде. Влияние факторов на развитие сколиотической осанки, медленно прогрессирующего сколиоза, сколиотической болезни.
2. Роль педиатра в профилактике и лечении детей и подростков с нарушениями осанки, сколиозом.
3. Профессиональная ориентация и годность к военной службе при сколиозе.
4. Методы обследования детей и подростков с нарушениями осанки (оценка силы мышц правой и левой сторон туловища; оценка силы мышц брюшного пресса; определение морфологического состояния позвоночника при проведении ортоспондилограммы).
5. Состояние иммунитета у больных сколиозом. Нарушения функций сердечно-сосудистой системы у больных сколиозом. Нарушения функций дыхательной системы у больных сколиозом.
6. Признаки прогрессирования деформации позвоночника при врожденных пороках его развития.
7. Дифференцированный подход к плаванию при сколиозе (исходные положения, корректирующие позы, способы плавания).
8. Подбор плавательных упражнений с учетом степени сколиоза.
9. Физкультурные группы при нарушении осанки и сколиозе.
10. Спортивная ориентация при нарушениях опорно-двигательного аппарата.
11. Санаторно-курортное лечение и диспансеризация больных с патологией опорно-двигательного аппарата.
12. Гигиенические требования к условиям обучения школьников (требования к школьному зданию, оборудованию помещений, дошкольной и школьной мебели, воздушно-тепловому режиму и освещенности, организации учебно-воспитательного процесса).

Перечень вопросов к зачету (экзамену)

Для студентов первого курса

1. Понятие о плоскостопии. Механизм формирования плоской и плосковальгусной стопы. Виды плоской стопы.
2. Методы обследования детей и подростков с плоскостопием.
3. Клинические проявления плоскостопия.
4. Методы обследования детей и подростков с плоскостопием посредством плантографии.
5. Степени продольного плоскостопия (регистрация изменений на планто- и рентгенограммах).
6. Рентгенологические показатели степени поперечного плоскостопия.
7. Задачи лечебной физической культуры (ЛФК) и особенности методики ЛФК при лечении плоскостопия.
8. Физические упражнения при плоскостопии с учетом положения тела (лежа на спине, сидя, стоя, при ходьбе).
9. Физические упражнения при плоскостопии для занятий в домашних условиях (упражнения на сгибание-разгибание стоп и вращение ими).
10. Физические упражнения при плоскостопии с предметами.
11. Физиотерапевтические меры при плоскостопии (электростимуляция, аппликации, подводный душ, водолечение).
12. Ортопедические стельки и обувь при плоскостопии.
13. Базовые сведения о методике массажа при плоскостопии (основные приемы массажа ног, корректирующие упражнения во время массажа, самомассаж).
14. Предрасполагающие факторы к формированию плоскостопия (генетические особенности костно-мышечной системы, фенотипические).

15. Принципы профилактики плоскостопия.
16. Гигиенические правила и рациональный режим нагрузки в целях профилактики плоскостопия.
17. Требования к двигательной активности школьников. Гигиеническая норма суточной двигательной активности школьников с учетом возрастной группы.
18. Подвижные игры с элементами коррекции как одно из профилактических средств плоскостопия и нарушения осанки.
19. Требования к детской обуви.
20. Нормы массы обуви в зависимости от вида крепления, конструкции и используемых материалов.

Для студентов второго курса

1. Формы патологии позвоночника. Основные факторы, влияющие на нормальное или патологическое формирование позвоночника в постнатальном периоде.
2. Характерные черты нормальной осанки детей дошкольного возраста и среднего школьного возраста.
3. Варианты нарушения осанки в сагиттальной плоскости (функциональные нарушения, органические изменения).
4. Виды нарушения осанки во фронтальной плоскости.
5. Этиология и основные положения патогенеза сколиоза.
6. Классификация сколиоза.
7. Методы обследования детей и подростков с нарушениями осанки.
8. Клинические проявления врожденного повреждения позвоночника.
9. Клинические проявления сколиоза.
10. Клинико-рентгенологические и лабораторные признаки прогрессирующего течения сколиоза.
11. Профилактический подход в лечении сколиоза (лечебная физическая культура, массаж, физиотерапевтические процедуры).
12. Физические упражнения при нарушениях осанки и сколиоза.
13. Лечебное плавание при нарушениях осанки и сколиозе (рекомендации при организации плавания детей, больных сколиозом; подбор стиля плавания; дифференцированный подход к плаванию при всех видах нарушения осанки).
14. Лечебное плавание при сколиозе (дифференцированный подход к плаванию при сколиозе (исходные положения, корригирующие позы, способы плавания); подбор плавательных упражнений с учетом степени сколиоза).
15. Спортивная ориентация при нарушениях опорно-двигательного аппарата.
16. Санаторно-курортное лечение и диспансеризация больных с патологией опорно-двигательного аппарата.
17. Роль режима дня в профилактике нарушений осанки.
18. Санитарно-гигиенические требования к осанке учащихся (подбор школьной мебели; правильное положение тела ученика за партой).
19. Гигиенические требования к условиям обучения школьников (требования к школьному зданию, оборудованию помещений, дошкольной и школьной мебели).
20. Гигиенические требования к условиям обучения школьников (воздушно-тепловому режиму и освещенности, организации учебно-воспитательного процесса).
21. Роль педиатра в профилактике и лечении детей и подростков с нарушениями осанки, сколиозом.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс		Всего	Аудиторные занятия	Самостоя-

обучения	Название разделов и тем	(часов)	Лекции	Практические занятия	тальная работа
Раздел 1. ПЛОСКОСТОПИЕ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ					
Первый	Тема 1.1. Анатомо-физиологические особенности стопы	10	2	2	6
Первый	• Тема 1.2. Методы обследования детей и подростков с плоскостопием	22	6	6	10
Первый	• Тема 1.3. Принципы и методы лечения детей и подростков с плоскостопием	22	6	6	10
Первый	Тема 1.4. Профилактика плоскостопия	18	4	4	10
Раздел 2. НАРУШЕНИЯ ОСАНКИ, СКОЛИОЗ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ					
Второй	Тема 2.1. Анатомо-физиологические особенности позвоночника	8	2	2	4
Второй	• Тема 2.2. Осанка и ее нарушения	14	4	4	6
Второй	• Тема 2.3. Методы обследования детей и подростков с нарушениями осанки	14	4	4	6
Второй	Тема 2.4. Диагностические признаки нарушений осанки	12	4	2	6
Второй	Тема 2.5. Принципы терапии нарушений осанки и сколиоза	14	2	2	10
Второй	Тема 2.6. Профилактика нарушений осанки и сколиоза	10	2	4	4
	Итого:	144	36	36	72

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на первом курсе во втором семестре завершается зачетом. Итоговый контроль (зачет) проводится в форме ответов на вопросы.

Курс обучения на втором курсе завершается экзаменом. Итоговый контроль (экзамен) проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Лечебная физическая культура: учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / ред. С.Н. Попов. - 8-е изд., испр. - М. : Академия, 2012. - 416 с.
1. Федоскина, Е.М. Введение в курс физической реабилитации : учеб. пособие / Е.М. Федоскина. - Смоленск : СГАФКСТ, 2011. - 136 с.
2. Еремушкин, М.А. Основы реабилитации: учеб. пособие для студ. учреждений сред. мед. проф. образования / М.А. Еремушкин. - М. : Академия, 2011. - 208 с.
3. Рубанович, В.Б. Основы здорового образа жизни : учеб. пособие / В.Б. Рубанович, Р.И. Айзман. - Новосибирск : АРТА, 2011. - 256 с.
4. Артамонова, Л.Л. Лечебная и адаптивно - оздоровительная физическая культура: учеб. пособие для студ. вузов / Л.Л. Артамонова, О.П. Панфилов, В.В. Борисова. - М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2010. - 389 с.
5. Калюжнова, И.А. Лечебная физкультура / И.А. Калюжнова, О.В. Перепелова. - 3-е изд. - Ростов н/Д : Феникс, 2010. - 349 с.

6. Лечебная физическая культура : учеб. для студ. вузов / ред. С.Н. Попов. - 7-е изд., стер. - М.: Академия, 2009. - 416 с.
7. Ромашин, О.В. Система управления процессом целенаправленного оздоровления человека : учеб. пособие / О.В. Ромашин. - М.: Советский спорт, 2009. - 100 с.
8. Назарова, Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие : учеб. пособие для студ. вузов / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 256 с.
9. Гребова, Л.П. Лечебная физическая культура при нарушениях опорно-двигательного аппарата у детей и подростков : учеб. пособие / Л.П. Гребова. - М.: Академия, 2006. - 176 с.
10. Вайнер, Э.Н. Валеология: учебник для вузов / Э.Н. Вайнер. - 4-е изд., испр. - М.: Флинта, 2006. - 416 с.
11. Черемисинов, В.Н. Валеология: учеб. пособие / В.Н. Черемисинов. - М.: Физическая культура, 2005. - 144 с.
12. Бирюков, А.А. Лечебный массаж: Учеб. для вузов физ. культ. / А.А. Бирюков. - М.: Академия, 2004. - 362 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Комачева, О.А. Коррекция плоскостопия у детей 5-7 лет : метод. рекомендации / О.А. Комачева. - Смоленск : СГАФКСТ, 2012. - 39 с.
2. Евстигнеева, О.В. Влияние физических упражнений на функциональное состояние и работоспособность детей и подростков с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата : автореф. дис. ... канд. биол. наук / О.В. Евстигнеева. - Ульяновск, 2012. - 23 с.
3. Андреев, В.В. Комплексная коррекция двигательных способностей школьников 12-17 лет с депривацией зрения на основе дифференцированного подхода : автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.В. Андреев. - Набережные Челны, 2012. - 23 с.
4. Ретивых, Ю.И. Методика коррекции нарушений осанки студентов средствами оздоровительной физической культуры на основе учета видов и степени деформаций позвоночника : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Ю.И. Ретивых. - Волгоград, 2009. - 23 с.
5. Куликов, Л.М. Двигательная активность и здоровье подрастающего поколения: монография / Л.М. Куликов, В.В. Рыбаков, С.А. Ярушин. - 2-е изд., испр. и доп. - Челябинск : Челябинский гос. ун-т, 2009. - 275 с.
6. Савин, Д.Н. Совершенствование технологии обучения приемам классического массажа на основе использования малых занятий физическими упражнениями: дис. канд. пед. наук / Д.Н. Савин. - М. : РГУФКСТ, 2009. - 187 с.
7. Бирюков, А.А. Баня лечит и молодит : монография / А.А. Бирюков. - М.: Физическая культура, 2006. - 240 с.
8. Колтошова, Т.В. Вторичная профилактика нарушений функции позвоночника у студентов средствами физической культуры : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Т.В. Колтошова. - Омск, 2006. - 24 с.
9. Гутерман, Т.А. Дифференцированная коррекция нарушений осанки у детей 6-7 лет средствами оздоровительной физической культуры : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Т.А. Гутерман. - Краснодар : КГУФКСиТ, 2005. - 25с.
10. Суханова, Т.Н. Комплексные физкультурно-оздоровительные коррекции физического состояния военнослужащих при структурно-функциональных нарушениях позвоночника : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Т.Н. Суханова. - СПб., 2005. - 18 с.
11. Буш-Остерман, Э. Гимнастика для позвоночника / Э. Буш-Остерман. - М.: Олимпия Пресс, 2005. - 56 с.

3.54. Рабочая программа дисциплины «Дети со сложными нарушениями развития» основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* – адаптивное физическое воспитание

Степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения **очная**

Автор-разработчик: Рудометкина Галина Николаевна, старший преподаватель

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Учебная дисциплина «Дети со сложными нарушениями развития» ставит своей целью ознакомление студентов с организацией, структурой, содержанием, современными технологиями и передовой практикой воспитательной, физкультурно-оздоровительной работы с детьми-инвалидами, имеющими сложные нарушения развития (СНР), а также формирование необходимых знаний, умений, интереса к педагогической профессии как гуманистической миссии. У современного бакалавра адаптивной физической культуры в процессе обучения должна быть сформирована также высокая психологическая готовность к работе с данным контингентом.

Задачи дисциплины

- *ознакомить* студентов с организацией, структурой, содержанием, передовыми технологиями физкультурно-оздоровительной, лечебно-восстановительной работы с детьми, имеющими СНР и находящимися в образовательных (коррекционных) школах и интернатах, лечебных, реабилитационных центрах, санаториях;

- *изучить* теорию и организацию адаптивной физической культуры, дисциплин медико-биологических и психолого-педагогических циклов, признаки нормального и аномального развития организма и личности, особенности двигательных и психических нарушений детей с СНР для овладения ими необходимыми знаниями для прохождения учебной практики по профилю бакалавров «адаптивное физическое воспитание»;

- *сформировать* у студентов положительную мотивацию, интерес к педагогической деятельности, гуманное отношение к личности всех видов и форм адаптивной физической культуры в системе комплексной реабилитации;

- *воспитать* у бакалавров адаптивной физической культуры творческое отношение к педагогической деятельности при решении коррекционных, профилактических, лечебно-восстановительных задач, при подборе адекватных средств, методов, методических приемов, форм организации, регулировании физической нагрузки и психоэмоционального статуса детей с СНР.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина по выбору «Дети со сложными нарушениями развития» относится к вариативной части профессионального цикла. Является дисциплиной профессионально-педагогической подготовки студентов к практической деятельности. Ее содержание многопрофильно, так как изучает методику адаптивной физической культуры разных нозологических групп инвалидов: с задержкой психического развития (ЗПР), с поражением опорно-двигательного аппарата, с повреждением и нарушением функций спинного мозга.

Многоплановость информации, необходимой для профессиональной деятельности будущих бакалавров физической культуры, требует разносторонней теоретической подготовки студентов в области общепрофильных дисциплин (анатомии, физиологии, биомеханики, теории физической культуры, педагогики, психологии), дисциплин медико-биологического цикла (общей патологии и тератологии, частной патологии, врачебного контроля, комплексной и физической реабилитации больных и инвалидов) и дисциплин психолого-педагогического цикла

(психологии болезни и инвалидности, возрастной психопатологии и психоконсультирования, специальной психологии и педагогики).

Для соблюдения структурного единства теории и практической направленности учебного курса его содержание предваряется в материалах лекций очень кратким экскурсом в вопросы физиологических и психологических особенностей изучаемых групп.

На курс «Дети со сложными нарушениями развития», изучаемый в VI семестре, в учебном плане отводится 72 часа, аудиторных – 36, из них: лекционных – 18 и практических – 18. Самостоятельная работа студентов занимает 36 часов. Форма итогового контроля – зачет в VI семестре.

На лекциях сообщаются основные теоретические знания в систематизированном виде, разъясняются наиболее трудные вопросы. Практические занятия проводятся в виде уроков в тренажерных залах и плавательном бассейне. Для учебно-ознакомительной практики используются базы: плавательный бассейн ВЛГАФК, коррекционная школа VIII типа, лечебные учреждения города, реабилитационные центры, ГБУЗ «Детский санаторий «Великолукский», спецгруппы в детских садах, в которых занятия проводят специалисты этих центров.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9, ОК-10, ОК-11, ПК-3, ПК-6, ПК-11, ПК-17, ПК-18, ПК-21, ПК-27, ПК-30.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- анатомо-физиологическую характеристику патологии сенсорных систем, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, классификацию нарушений по степени тяжести и времени получения дефекта;
- показания и противопоказания к занятиям отдельными видами физических упражнений;
- особенности дизонтогенеза в двигательной и психической сферах, типичные и специфические нарушения физического развития, двигательных и координационных способностей;
- состав и классификацию средств, направленных на решение коррекционных, компенсаторных, профилактических, лечебно-восстановительных задач;
- методы и методические приемы обучения двигательным действиям и развития физических и координационных способностей, воспитания и самовоспитания занимающихся, особенности организации и взаимодействия в группе, регулирования психофизического состояния на занятиях;
- особенности методики, организации и построения занятий в различных видах и формах адаптивной физической культуры: адаптивном физическом воспитании, адаптивной физической рекреации, коррекционных занятиях, реабилитационных лечебно-восстановительных занятиях;
- межпредметные связи для коррекции двигательных и психических нарушений, активизации познавательной деятельности занимающихся.

уметь:

- понимать, принимать, приобщать детей-инвалидов к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни, помогать реализации потенциальных возможностей;
- формулировать задачи (образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие, компенсаторные, профилактические, лечебно-восстановительные);
- подбирать доступные средства, методы, методические приемы, организационные формы занятий;
- регулировать физическую и психоэмоциональную нагрузку в процессе занятий;
- подбирать и самостоятельно проводить подвижные игры коррекционной направленности;

- осуществлять коррекцию и компенсацию вторичных нарушений в движениях, соматическом развитии, физических и координационных способностях, сенсорных системах, вегетативных функциях;
- организовывать и участвовать в проведении праздников, развлечений, спортивных соревнований в качестве волонтеров, помощников, судей;
- сотрудничать с педагогами, воспитателями, врачами, дефектологами, родителями детей-инвалидов;
- правильно интерпретировать результаты медико-психолого-педагогической диагностики;
- проводить врачебно-педагогические наблюдения, хронометрирование, пульсометрию, тестирование, анализировать деятельность учителя и занимающихся.

овладеть:

- методами создания психологического комфорта для занимающихся во время проведения занятий;
- методами врачебно-педагогического контроля для определения текущего функционального состояния занимающихся и правильной их интерпретации;
- приемами помощи и страховки занимающихся при проведении занятий;
- навыками оказания первой доврачебной помощи пострадавшим во время занятий;
- методами просветительской деятельности в работе с родителями детей-инвалидов;
- методами организации и проведения поисково-исследовательской работы, обобщения и анализа полученных результатов.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебных занятий:

- для проведения лекционных занятий – специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком;
- для проведения практических занятий – оборудованный мини-спортивный зал с тренажерами, инвалидная коляска, костыли, системы для вертикализации позы, мягкий гамак, ходунки, мячи разного размера (теннисные с пупырышками), мягкие, фитболы разного размера, валики, ленты различных цветов, обручи, кегли, поролоновые матрасики, гимнастическая скамейка, шведская стенка, гантели различного веса, инвентарь для развития мелкой моторики рук, детские игрушки;
- специальный инвентарь для занятий гидрокинезотерапией (имеется в плавательном бассейне ВЛГАФК);
- массажная дорожка для ног;
- аппарат «педальки» для формирования чувства равновесия;
- аппарат «конус» для тренировки вестибулярного аппарата;
- шагательный тренажер;
- тренажер «беговая дорожка».

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Дети со сложными нарушениями развития» содержит следующие разделы:

Раздел 1. Методика адаптивной физической культуры детей с задержкой психического развития.

Раздел 2. Методика адаптивной физической культуры детей с поражением спинного мозга.

Раздел 3. Методика адаптивной физической культуры при врожденных аномалиях развития и после ампутации конечностей.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Определение вертеброгенных миелопатий. Заболевания позвоночника, вызывающие поражение спинного мозга. Основные факторы, вызывающие миелопатию.
2. Общая характеристика позвоночно-спинномозговой травмы. Понятие механической и неврологической нестабильности позвоночника.
3. Этапы травматической болезни спинного мозга.
4. Способы оценки неврологического статуса пациента. Классификация Френкеля (1968), ASIA (1992), Индексы моторики и чувствительности.
5. Оценка локомоторных возможностей пациента с травмой позвоночника и способности к поддержанию вертикальной позы.
6. Способы оценки адаптационного статуса пациента с травмой позвоночника. Индекс функциональной активности и независимости (Katz, 1963).
7. Клинические проявления миелопатии. Двигательные нарушения в зависимости от характера, полноты и уровня поражения спинного мозга.
8. Расстройства чувствительности при миелопатии.
9. Расстройства функции тазовых органов при миелопатии.
10. Характеристика вторичных проявлений миелопатии.
11. Спастичность мышц и способы ее оценки. Шкала спастичности Ashworth. Позитивная и негативная стороны спастичности, необходимость и способы ее снижения.
12. Характеристика нейрогенных контрактур и способы их профилактики.
13. Определение остеопороза, способы его профилактики, меры предосторожности при занятиях физическими упражнениями.
14. Вегетативные расстройства при миелопатии. Профилактика пролежней.
15. Методы развития силы мышц: уступающий и преодолевающий режимы, развитие силы с помощью блочной системы (по Дикулю, 1992).
16. Развитие силы и силовой выносливости с помощью биологической обратной связи (БОС).
17. Задачи и методика обучения поддержанию у спинальных больных вертикальной позы.
18. Методика проведения тренировок на тредмиле при вертикальной разгрузке.
19. Использование электростимуляции в реабилитационном лечении пациентов с парезами. Многоканальная функциональная электростимуляция мышц в ходьбе (по Витензону).
20. Понятие о спинальной локомоторной активности. Способы инициации спинальной локомоторной активности.
21. Тренировка спинальной локомоторной активности как основа восстановления ходьбы. Этапы двигательной реабилитации.
22. Отличительные особенности детских культей.
23. Какие изменения после ампутации происходят в усеченной и сохранной конечности?
24. Изменения, характерные для врожденных и ампутационных дефектов верхних и нижних конечностей.
25. Какие формы занятий физическими упражнениями используются при работе с детьми дошкольного и школьного возраста, имеющими дефекты конечностей?
26. Этапы восстановления двигательных функций после ампутации конечностей (общая характеристика задач, средств, методов).
27. Какие средства и методы используются для устранения контрактур, тугоподвижности в суставах усеченных конечностей? Методы ручной редрессации.
28. Методика и этапы обучения ходьбе на протезе бедра. Двигательные ошибки и их исправление.
29. Методика и этапы обучения ходьбе на протезе после ампутации обоих бедер. Двигательные ошибки и их исправление.
30. Подвижные игры для детей дошкольного возраста с врожденными и ампутационными дефектами конечностей.
31. Назначение и содержание доступных спортивных игр для подростков с дефектами верхних и нижних конечностей.

32. Методика занятий с использованием отягощений для детей и подростков с дефектами верхних и нижних конечностей.
33. Методика занятий на специальных тренажерах для детей и подростков в процессе двигательной реабилитации.
34. Методика обучения плаванию и физическим упражнениям в воде детей с дефектами конечностей.
35. Коррекционно-развивающие подвижные игры в воде и методика их проведения.
36. Особенности построения реабилитационных и коррекционно-оздоровительных уроков с детьми и подростками с врожденными и ампутированными дефектами. Задачи, средства, динамика и последовательность физической нагрузки, распределение времени в зависимости от типа урока и тяжести поражений.
37. Методы предупреждения критических ситуаций, обеспечение безопасности на занятиях.
38. Раскрыть содержание понятия «Задержанное психическое развитие».
39. Основные причины возникновения ЗПР у детей.
40. Классификация видов ЗПР.
41. Психолого-педагогическая характеристика детей с ЗПР.
42. Особенности физического развития и двигательных способностей детей с ЗПР.
43. Основные нарушения координационных способностей детей с ЗПР и методика их коррекции.
44. Особенности занятий физическими упражнениями с детьми с ЗПР (школьный возраст).
45. Особенности проведения подвижных игр с детьми с ЗПР (дошкольный возраст).
46. Особенности проведения урочных форм занятий по АФВ младших школьников с ЗПР.
47. Методические приемы активизации психических функций на уроке физической культуры с детьми с ЗПР.

Примерная тематика рефератов

1. Методика обучения ходьбе детей с поражением спинного мозга.
2. Методика обучения поддержанию вертикальной позы детей с поражением спинного мозга.
3. Средства и методы двигательной реабилитации при вялых и спастических параличах.
4. Игровой метод в физическом воспитании детей с поражением спинного мозга.
5. Двигательная активность в режиме дня ребенка с поражением спинного мозга.
6. Тредмилл-терапия как основной метод восстановления локомоторной функции при поражении спинного мозга.
7. Дозирование и контроль двигательной нагрузки при занятиях с парализованными детьми.
8. Уроки физического воспитания для детей с поражением спинного мозга разных возрастных групп.
9. Методы развития силовых способностей при поражении спинного мозга.
10. Использование биологической обратной связи (БОС) для развития силы мышц при поражении спинного мозга.
11. Двигательная активность как основное средство коррекции спастичности мышц при поражении спинного мозга.
12. Обучение родителей занятиям физическими упражнениями с парализованными детьми.
13. Технология обучения ходьбе на протезах после ампутации одной или обеих нижних конечностей.
14. Методические особенности применения физических упражнений при врожденных или ампутированных дефектах конечностей детей раннего возраста.
15. Применение нетрадиционных видов спорта в реабилитационном процессе детей с врожденными пороками развития нижних конечностей.
16. Подвижные игры как средство повышения реабилитационного потенциала младших школьников с врожденными пороками развития конечностей.

17. Оптимизация психомоторного развития детей с дефектами нижних конечностей в процессе занятий бадминтоном.
18. Методика коррекционно-оздоровительной гимнастики в воде в период подготовки и протезирования детей среднего школьного возраста после ампутации нижних конечностей.
19. Методика рекреационных занятий с отягощениями с детьми после ампутации верхних (нижних) конечностей.
20. Методика занятий атлетической гимнастикой с подростками после ампутации нижних конечностей.
21. Повышение адаптационно-компенсаторных возможностей детей с ампутационными дефектами конечностей под влиянием занятий плаванием.
22. Методика начального обучения плаванию детей-инвалидов после ампутации бедра и голени.
23. Футбол на костылях как средство психической и двигательной реабилитации детей-инвалидов.
24. Особенности методики обучения подростков с ампутациями бедра и голени технике ударов и передач в футболе.
25. Влияние различных видов физических упражнений на психоэмоциональное состояние детей и подростков после ампутации конечностей.
26. Понятие о задержанном психическом развитии детей. Классификация видов ЗПР и основные причины возникновения.
27. Особенности развития внимания и памяти у детей с ЗПР. Коррекция их средствами адаптивной физической культуры.
28. Особенности развития восприятия и пространственных представлений у детей с ЗПР. Коррекция их средствами АФК.
29. Особенности физического развития детей с ЗПР и коррекция его средствами АФК.
30. Формирование основных локомоторных движений ребенка с ЗПР 1-3-летнего возраста. Методы и средства АФК для решения этой задачи.
31. Развитие мелкой моторики ребенка с ЗПР 1-3-летнего возраста. Методы и средства АФК для решения этой задачи.
32. Коррекционно-развивающая направленность упражнений в ходьбе и беге для детей с ЗПР в дошкольном возрасте. Средства и методы АФК для решения этой задачи.
33. Формирование правильной осанки детей с ЗПР в дошкольном возрасте. Средства и методы АФК для решения этой задачи.
34. Использование подвижных игр и особенности их проведения в коррекционной работе с детьми с ЗПР.
35. Использование прыжков в коррекционно-развивающей работе с детьми дошкольного возраста с ЗПР.
36. Использование метания в коррекционно-развивающей работе с детьми дошкольного возраста с ЗПР.

Примерный перечень вопросов к зачету

1. Определение вертеброгенных миелопатий. Заболевания позвоночника, вызывающие поражение спинного мозга. Факторы, вызывающие миелопатию. Клиническое проявление миелопатии (первичные и вторичные нарушения). Двигательные нарушения в зависимости от характера, полноты и уровня поражения СМ.
2. Общая характеристика позвоночно-спинномозговой травмы. Понятия механической и неврологической нестабильности позвоночника. Этапы травматической болезни спинного мозга. Лечебная гимнастика на разных этапах травматической болезни.
3. Неврологический и адаптационный статус пациента и способы их оценки при вертеброгенных миелопатиях.
4. Средства и методы реабилитационного лечения при вертеброгенных миелопатиях.

5. Методы развития силы мышц. Развитие силы с помощью блочной системы (по Дикулю, 1992). Развитие силы и силовой выносливости с помощью биологической обратной связи (БОС). Гимнастические упражнения силовой направленности.
6. Задачи и методика обучения поддержанию вертикальной позы детей с поражением спинного мозга.
7. Методики обучения ходьбе детей с поражением спинного мозга. Тредмилл-терапия как средство двигательной реабилитации.
8. Использование методов электростимуляции в реабилитационном лечении пациентов с пlegией.
9. Понятие о спинальной локомоторной активности. Способы инициации спинальной локомоторной активности. Тренировка спинальной локомоторной активности как основа восстановления ходьбы при миелопатиях. Соотношение методов активного, пассивного и вызванного воздействия на этапах двигательной реабилитации.
10. Классификация врожденных пороков развития верхних и нижних конечностей.
11. Анатомо-функциональная характеристика опорно-двигательного аппарата детей с ампутационными и врожденными дефектами верхних конечностей.
12. Анатомо-функциональная характеристика опорно-двигательного аппарата детей с ампутационными и врожденными дефектами нижних конечностей.
13. Задачи и особенности методики лечебной гимнастики после ампутации конечностей в условиях стационара.
14. Задачи и особенности методики лечебной гимнастики в период подготовки к протезированию верхних и нижних конечностей.
15. Методика обучения ходьбе на протезах после ампутации бедра и голени, пользования протезами верхних конечностей.
16. Методика лечебной гимнастики в воде после ампутации нижних конечностей.
17. Особенности обучения плаванию после ампутации нижних конечностей.
18. Подвижные игры коррекционной направленности для детей дошкольного и школьного возраста с врожденными и приобретенными дефектами конечностей.
19. Особенности методики занятий на тренажерах и с отягощениями в условиях стационара и в процессе физической рекреации при врожденных и ампутационных дефектах конечностей.
20. Особенности построения лечебно-восстановительных занятий при ампутации конечностей, динамика физической нагрузки, способы ее регулирования и контроля.
21. Корректирующие и профилактические упражнения, направленные на сохранение вертикальной позы, осанки после ампутации верхних и нижних конечностей.
22. Коррекция координационных способностей: равновесия, точности движений, ориентировки в пространстве, мелкой моторики у детей с врожденными и ампутационными дефектами конечностей.
23. Использование спортивных игр (футбол на костылях, волейбол сидя на полу, баскетбол в колясках и др.) как средства физической и психической социальной адаптации подростков и юношей с дефектами конечностей.
24. Раскрыть содержание понятия «Задержанное психическое развитие».
25. Основные причины возникновения ЗПР у детей.
26. Классификация видов ЗПР.
27. Психолого-педагогическая характеристика детей с ЗПР.
28. Особенности физического развития и двигательных способностей детей с ЗПР.
29. Основные нарушения координационных способностей детей с ЗПР и методика их коррекции.
30. Развитие мелкой моторики ребенка с ЗПР. Методы и средства АФК для решения этой задачи.
31. Формирование правильной осанки детей с ЗПР в дошкольном возрасте средствами АФК.
32. Особенности проведения подвижных игр с детьми с ЗПР.
33. Особенности проведения урочных форм занятий по АФВ младших школьников с ЗПР.

34. Методические приемы активизации психических функций на уроке физической культуры с детьми с ЗПР.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Практические занятия	
1.	Раздел 1. Методика адаптивной физической культуры детей с задержкой психического развития				
	Тема 1.1. Этиопатогенетическая классификация задержанного психического развития. Характеристика детей с ЗПР.	8	2	2	4
	Тема 1.2. Методика занятий адаптивной физической культурой детей раннего возраста с ЗПР.	8	2	2	4
	Тема 1.3. Методика занятий адаптивной физической культурой детей дошкольного возраста с ЗПР.	8	2	2	4
2.	Раздел 2. Методика адаптивной физической культуры детей с поражением спинного мозга.				
	Тема 2.1. Понятие о вертеброгенных миелопатиях. Основные факторы, вызывающие миелопатию. Сочетанная травма позвоночника и спинного мозга. Травматическая болезнь спинного мозга, характеристика ее этапов.	8	2	2	4
	Тема 2.2. Основные проявления миелопатии. Двигательные и вторичные нарушения при миелопатии.	6	2	2	4
	Тема 3.2. Методы реабилитации детей с поражением спинного мозга	10	2	4	4
3.	Раздел 3. Методика адаптивной физической культуры при врожденных аномалиях развития и после ампутации конечностей.				
	Тема 3.1. Анатомо-функциональные особенности двигательного аппарата детей. Врожденные и приобретенные аномалии развития верхних и нижних конечностей.	4	2		2
	Тема 3.2. Методика подготовки детей средствами адаптивной физической культуры к протезированию конечностей	8	2	2	4
	Тема 3.3. Оптимизация двигательной активности детей с врожденными пороками развития и после ампутации конечностей	12	2	4	6
Итого:		72	18	18	36

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачетом в VI семестре третьего курса зачетом. Объемные требования к зачету состоят из 34 вопросов. Зачет проводится в форме устных ответов на вопросы, которые преподаватель задает в произвольном порядке.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / ред. Л.В. Шапкина. - М.: Советский спорт, 2009. - 608 с.
2. Ростомашвили, Л.Н. Адаптивное физическое воспитание детей со сложными нарушениями развития: учеб. пособие / Л.Н. Ростомашвили. - М.: Советский спорт, 2009. - 224 с.
3. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / ред. Л.В. Шапкина. - М.: Советский спорт, 2007. - 608 с.
4. Евсеев, С.П. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры: учебник / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, В.Г. Суляев. - М.: Советский спорт, 2007. - 308 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Осипов, В. О. Коррекция двигательных нарушений у подростков 14-15 лет с последствиями церебрального паралича в поздней резидуальной стадии средствами бадминтона: автореф. дис. ... канд. пед. наук / В.О. Осипов. - Малаховка, 2007. - 26 с.
2. Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии: метод. пособие / ред. Л.В. Шапкина. - СПб.: Детство-Пресс, 2005. – 160 с.
3. Частные методики адаптивной физической культуры: учеб. пособие / ред. Л.В. Шапкина. - М.: Советский спорт, 2004. - 464с.

3.54. (а) Рабочая программа дисциплины **«Социализация в адаптивном спорте»** основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* – адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения **очная**

Автор-разработчик: Федорова Юлия Владимировна, преподаватель

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Целями освоения дисциплины (модуля) «Социализация в адаптивном спорте» является формирование у студентов теоретических представлений о понятиях, закономерностях и принципах процесса социализации, методах и средствах социализации спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья, знакомство с опытом социализации спортсменов в учреждениях социального обслуживания, образования, здравоохранения.

Задачи дисциплины

- *ознакомить* студентов с организацией, структурой, содержанием, передовыми технологиями физкультурно-оздоровительной, лечебно-восстановительной работы с детьми, имеющими СНР и находящимися в образовательных (коррекционных) школах и интернатах, лечебных, реабилитационных центрах, санаториях;
- *изучить* теорию и организацию адаптивной физической культуры, дисциплин медико-биологических и психолого-педагогических циклов, признаки нормального и аномального развития организма и личности, особенности двигательных и психических нарушений детей с СНР для овладения ими необходимыми знаниями для прохождения учебной практики по профилю бакалавров «адаптивное физическое воспитание»;
- *сформировать* у студентов положительную мотивацию, интерес к педагогической деятельности, гуманное отношение к личности всех видов и форм адаптивной физической культуры в системе комплексной реабилитации;
- *воспитать* у бакалавров адаптивной физической культуры творческое отношение к педагогической деятельности при решении коррекционных, профилактических, лечебно-восстановительных задач, при подборе адекватных средств, методов, методических приемов, форм организации, регулировании физической нагрузки и психоэмоционального статуса детей с СНР.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Курс по выбору «Социализация в адаптивном спорте» (альтернатива) относится к вариативной части профессионального цикла ООП бакалавриата по направлению «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Для изучения предлагаемого курса необходимы компетенции, сформированные у студентов в результате обучения в средней общеобразовательной школе, а также формируемые в ходе освоения таких дисциплин ООП подготовки бакалавра, как «Социология», «Этика общения в АФК», «Психология и педагогика», «Частные методики АФК». В свою очередь, курс «Социализация в адаптивном спорте» составляет необходимую основу для последующего изучения таких дисциплин, как «Специальная психология», «Психология болезни и инвалидности», «Комплексная реабилитация больных и инвалидов».

Приступая к изучению дисциплины «Социализация в адаптивном спорте» студенты должны владеть знаниями в области социальной психологии и реабилитации, иметь представление о закономерностях формирования и особенностях функционирования системы социальной поддержки лиц с отклонениями в состоянии здоровья, уметь анализировать, сопоставлять, экстраполировать полученные знания применительно к вновь изучаемому курсу. Вместе с тем студенты должны быть готовы к саморазвитию, осознанию значимости своей будущей профессии, требующей применения в будущем полученных профессионально-профильных знаний в практической деятельности. Для успешного усвоения материала курса студенты

должны обладать основами знаний предмета социологии, ее роли и функции в современном обществе, структуры и понятийного аппарата общей социологической теории.

На курс «Социализация в адаптивном спорте», изучаемый в VI семестре, в учебном плане отводится 72 часа, аудиторных – 36, из них: лекционных – 18 и практических -18.

Самостоятельная работа студентов занимает 36 часов. Форма итогового контроля – зачет в VI семестре.

На лекциях сообщаются основные теоретические знания в систематизированном виде, разъясняются наиболее трудные вопросы. Практические занятия проводятся в виде уроков в тренажерных залах и плавательном бассейне. Для учебно-ознакомительной практики используются базы: плавательный бассейн ВЛГАФК, коррекционная школа VIII типа, лечебные учреждения города, реабилитационные центры, ГБУЗ «Детский санаторий «Великолукский», спецгруппы в детских садах, в которых занятия проводят специалисты этих центров.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-7, ОК-8, ОК-9, ОК-10, ОК-11, ПК-3, ПК-6, ПК-11, ПК-17, ПК-18, ПК-21, ПК-27, ПК-30.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- научные концепции социализации и инвалидизации;
- сущность и содержание социальной реабилитации;
- социальные ограничения инвалидов и модели инвалидности;
- программы социальной реабилитации;
- технологии реабилитации лиц с ограниченными возможностями средствами физической культуры и спорта;
- место, роль, виды и основные принципы социально-реабилитационной работы.
- Владеть умениями и навыками:
 - поиска необходимой социально-педагогической информации;
 - взаимодействия с различными категориями инвалидов в процессе их социализации и социальной реабилитации.

уметь:

- понимать, принимать, приобщать детей-инвалидов к занятиям адаптивной физической культурой, здоровому образу жизни, помогать реализации потенциальных возможностей;
- формулировать задачи (образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие, компенсаторные, профилактические, лечебно-восстановительные);
- подбирать доступные средства, методы, методические приемы, организационные формы занятий;
- регулировать физическую и психоэмоциональную нагрузку в процессе занятий;
- подбирать и самостоятельно проводить подвижные игры коррекционной направленности;
- осуществлять коррекцию и компенсацию вторичных нарушений в движениях, соматическом развитии, физических и координационных способностях, сенсорных системах, вегетативных функциях;

- организовывать и участвовать в проведении праздников, развлечений, спортивных соревнований в качестве волонтеров, помощников, судей;
- сотрудничать с педагогами, воспитателями, врачами, дефектологами, родителями детей-инвалидов;
- правильно интерпретировать результаты медико-психолого-педагогической диагностики;
- проводить врачебно-педагогические наблюдения, хронометрирование, пульсометрию, тестирование, анализировать деятельность учителя и занимающихся.

овладеть:

- методами создания психологического комфорта для занимающихся во время проведения занятий;
- методами врачебно-педагогического контроля для определения текущего функционального состояния занимающихся и правильной их интерпретации;
- приемами помощи и страховки занимающихся при проведении занятий;
- навыками оказания первой доврачебной помощи пострадавшим во время занятий;
- методами просветительской деятельности в работе с родителями детей-инвалидов;
- методами организации и проведения поисково-исследовательской работы, обобщения и анализа полученных результатов.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебных занятий:

- для проведения лекционных занятий – специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком;
- для проведения практических занятий – оборудованный мини-спортивный зал с тренажерами, инвалидная коляска, костыли, системы для вертикализации позы, мягкий гамак, ходунки, мячи разного размера (теннисные с пупырышками), мягкие, фитболы разного размера, валики, ленты различных цветов, обручи, кегли, поролоновые матрасики, гимнастическая скамейка, шведская стенка, гантели различного веса, инвентарь для развития мелкой моторики рук, детские игрушки;
- специальный инвентарь для занятий гидрокинезотерапией (имеется в плавательном бассейне ВЛГАФК);
- массажная дорожка для ног;
- аппарат «педальки» для формирования чувства равновесия;
- аппарат «конус» для тренировки вестибулярного аппарата;
- шагательный тренажер;
- тренажер «беговая дорожка».

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Естественно- культурные, социально-культурные и психологические задачи социализации.
2. Самоактуализация личности как неперемное условие процесса социализации.
3. Адаптация человека к социальной реальности в процессе социализации. Ресоциализация.
4. Элементы социальной структуры личности.
5. Адаптивная физическая культура как социальный феномен.
6. Общественное значение адаптивной физической культуры.
7. Централизованные и децентрализованные формы реабилитации.
8. Социальное партнерство в решении проблем инвалидов и инвалидности. Социально-правовая, социально-бытовая и социально-психологическая реабилитация инвалидов.
9. Социально-психологические особенности адаптации инвалидов к условиям среды (семейные взаимоотношения, отношения между инвалидами и т.д.).
10. Реабилитационные учреждения как участники процесса социальной реабилитации инвалидов.
11. Типология реабилитационных учреждений.

12. Индивидуальная программа реабилитации инвалида (ИПР).
13. Выстраивание отношений партнерства в процессе социально-реабилитационной работы: контакт, обмен знаниями, совместное принятие решений и т.д.
14. Рекомендуемые тактики взаимодействия социальных работников и пациентов.
15. Ресурсы социальной реабилитации.
16. Основные направления работы учреждений социального обслуживания людей с ограниченными возможностями.
17. Современные социальные технологии в деятельности учреждений социального обслуживания людей с ограниченными возможностями.
18. Организация соревнований для инвалидов.
19. Развитие массовой физкультурно-оздоровительной работы среди инвалидов.
20. Организация адаптивной физической культуры и спорта: зарубежный и отечественный опыт.
21. Особенности адаптивного спорта.

Примерный перечень вопросов к зачету

1. Социализация: понятие, процесс, своеобразие.
2. Теории социализации.
3. Сущность и этапы (стадии) социализации.
4. Традиционный, институциональный, стилизованный, межличностный, рефлексивный механизмы процесса социализации.
5. Условия и факторы социализации.
6. Естественные- культурные, социально-культурные и психологические задачи социализации.
7. Самоактуализация личности как непереносимое условие процесса социализации.
8. Адаптация человека к социальной реальности в процессе социализации.
9. Ресоциализация.
10. Элементы социальной структуры личности.
11. Физическая культура – часть общечеловеческой культуры.
12. Адаптивная физическая культура как физкультура, адаптированная к особенностям людей с нарушениями в развитии и ограниченными физическими возможностями.
13. Адаптивная физическая культура как социальный феномен.
14. Общественное значение адаптивной физической культуры.
15. Социальная реабилитация и социализация.
16. Социальные ограничения инвалидов.
17. Сущность реабилитации инвалидов.
18. Принципы и структура социальной реабилитации.
19. Социальные, медицинские и профессиональные аспекты реабилитации инвалидов.
20. Основные направления реализации реабилитационных мероприятий для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
21. Централизованные и децентрализованные формы реабилитации.
22. Социальное партнерство в решении проблем инвалидов и инвалидности.
23. Социально-правовая, социально-бытовая и социально-психологическая реабилитация инвалидов.
24. Принцип связи инвалида и социальной среды.
25. Социальная модель инвалидности.
26. Структура социальной среды жизнедеятельности инвалидов, ее основные элементы.
27. Социальная среда жизнедеятельности инвалидов на микро- и макро-уровне.
28. Социально-психологическая среда жизнедеятельности как условие реабилитации и интеграции инвалида в общество.
29. Взаимоотношения инвалидов и здоровых людей как фактор социальной интеграции.
30. Социально-психологические особенности адаптации инвалидов к условиям среды (семейные взаимоотношения, отношения между инвалидами и т.д.).

31. Индивидуальная программа реабилитации инвалида (ИПР), принципы ее формирования.
32. Структура индивидуальной программы реабилитации.
33. Программа социальной реабилитации в рамках ИПР и условия ее выполнения.
34. Реабилитационные учреждения как участники процесса социальной реабилитации инвалидов.
35. Типология реабилитационных учреждений.
36. Организационно-институциональные основы, принципы и условия социальной реабилитации в России и за рубежом.
37. Взаимодействие специалистов и родителей в процессе социально-реабилитационной деятельности.
38. Факторы, определяющие эффективность социально-реабилитационных услуг.
39. Выстраивание отношений партнерства в процессе социально-реабилитационной работы: контакт, обмен знаниями, совместное принятие решений и т.д.
40. Рекомендуемые тактики взаимодействия социальных работников и пациентов.
41. Ресурсы социальной реабилитации.
42. Деятельность учреждений социального обслуживания как высокоэффективная социальная технология и важный сектор социальной сферы.
43. Организация и развитие сети территориальных социальных служб.
44. Принципы работы учреждений социального обслуживания людей с ограниченными возможностями.
45. Сущностно-деятельностные и нравственно-гуманистические функции в работе учреждений социального обслуживания людей с ограниченными возможностями.
46. Основные направления работы учреждений социального обслуживания людей с ограниченными возможностями.
47. Современные социальные технологии в деятельности учреждений социального обслуживания людей с ограниченными возможностями.
48. Роль физической культуры в коррекции состояния здоровья.
49. Адаптивный спорт и его роль в интеграции инвалидов в общественную жизнь.
50. Возможности адаптивного спорта в расширении социальных контактов.
51. Адаптивный спорт как фактор социальной и физической реабилитации инвалидов.
52. Организация соревнований для инвалидов.
53. Развитие массовой физкультурно-оздоровительной работы среди инвалидов.
54. Социальные функции физической культуры.
55. Особенности адаптивного спорта.
56. Организация адаптивной физической культуры и спорта: зарубежный и отечественный опыт.
57. Практика создания физкультурно-оздоровительных клубов для инвалидов по месту жительства как один из путей повышения массовости физкультурно-спортивного движения и создания условий социальной реабилитации инвалидов различных категорий.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Практические занятия	
	Тема 1. Практика создания физкультурно-оздоровительных клубов для инвалидов по месту жительства как один из путей повышения массовости физкультурно-спортивного движения и создания условий социальной реабилитации	8	2	2	4

	инвалидов различных категорий.				
	Тема 2. Практика создания физкультурно-оздоровительных клубов для инвалидов по месту жительства как один из путей повышения массовости физкультурно-спортивного движения и создания условий социальной реабилитации инвалидов различных категорий..	8	2	2	4
	Тема 3. Практика создания физкультурно-оздоровительных клубов для инвалидов по месту жительства как один из путей повышения массовости физкультурно-спортивного движения и создания условий социальной реабилитации инвалидов различных категорий. Практика создания физкультурно-оздоровительных клубов для инвалидов по месту жительства как один из путей повышения массовости физкультурно-спортивного движения и создания условий социальной реабилитации инвалидов различных категорий.	8	2	2	4
	Тема 4 Практика создания физкультурно-оздоровительных клубов для инвалидов по месту жительства как один из путей повышения массовости физкультурно-спортивного движения и создания условий социальной реабилитации инвалидов различных категорий.	8	2	2	4
	Тема 5. Практика создания физкультурно-оздоровительных клубов для инвалидов по месту жительства как один из путей повышения массовости физкультурно-спортивного движения и создания условий социальной реабилитации инвалидов различных категорий.	6	2	2	4
	Тема 6. Практика создания физкультурно-оздоровительных клубов для инвалидов по месту жительства как один из путей повышения массовости физкультурно-спортивного движения и создания условий социальной реабилитации инвалидов различных категорий.	10	2	4	4
	Тема 7. Практика работы учреждений социального	4	2		2

	обслуживания людей с ограниченными возможностями: отечественный и зарубежный опыт.				
	Тема 8. Адаптивное физкультурно-спортивное движение как фактор социальной адаптации лиц с отклонениями в состоянии здоровья.	8	2	2	4
	Тема 9. Организация работы по социализации и адаптации людей с ограниченными возможностями здоровья средствами адаптивной физической культуры.	12	2	4	6
	Итого:	72	18	18	36

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачетом в VI семестре третьего курса зачетом. Объемные требования к зачету состоят из 57 вопросов. Зачет проводится в форме устных ответов на вопросы, которые преподаватель задает в произвольном порядке.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / ред. Л.В. Шапкина. - М.: Советский спорт, 2009. - 608 с.
2. Теория и организация адаптивной физической культуры /Под ред. С.П.Евсеева.Т.1. М., 2007.
3. Социально-бытовая и трудовая реабилитация инвалидов: Пособие для социальных работников. – М., 2007.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии: метод. пособие / ред. Л.В. Шапкина. - СПб.: Детство-Пресс, 2005. – 160 с.
2. Частные методики адаптивной физической культуры: учеб. пособие / ред. Л.В. Шапкина. - М.: Советский спорт, 2004. - 464с.

3.55. Рабочая программа дисциплины «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Ланская Ольга Владимировна, к.б.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Вопросы, касающиеся механизмов компенсации нарушенных функций в организме человека, имеют существенное значение, потому что отсутствие или недостаточность компенсаторных процессов в организме есть причина патологии (болезни). Изучение учебного курса «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций» ставит своей целью получение необходимых знаний о закономерностях реагирования различных органов, тканей и систем организма человека на внутренние и внешние раздражители, полученных студентами в курсе нормальной физиологии, к формам их ответов в условиях патологического нарушения компенсаторных реакций.

Задачи дисциплины

- изучить информацию об основных компенсаторно-приспособительных процессах при нарушениях функций организма человека;
- познакомить с основными нарушениями функций желудочно-кишечного тракта, эндокринных желез, сердечно-сосудистой и дыхательной систем человека;
- рассмотреть возможные физиологические механизмы компенсации нарушенных функций со стороны рассматриваемых органов и систем человека в рамках изучаемой дисциплины.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина по выбору «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций» относится к вариативной части профессионального цикла Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебная дисциплина «Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций» изучается на втором курсе при очной форме обучения.

Учебная работа (72 часа) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий являются лекции и семинарские занятия. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на семинарских занятиях обеспечивается возможность овладения студентами дополнительными клинико-физиологическими аспектами в сфере патологической физиологии. Внеаудиторная работа (36 часов) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ОК-5, ОК-15, ОК-16, ОК-18, ПК-2, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-8, ПК-9, ПК-10, ПК-16, ПК-17, ПК-18, ПК-21, ПК-27, ПК-28, ПК-29, ПК-30, ПК-31.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- этиологию и патогенез основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

- закономерности восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека;
- компенсаторные возможности оставшихся после болезни или травмы функций организма человека;
- возможности приспособления к внешней среде для реализации основных видов жизнедеятельности человека с отклонениями в состоянии здоровья, закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием, сопутствующих основному дефекту заболеваний и поражений;
- содержание, формы и методы планирования образовательной, воспитательной, реабилитационной, компенсаторной, профилактической видов деятельности;

уметь:

- способствовать развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций, этиологии и патогенеза заболеваний;
- воплощать в жизнь задачи развивающего обучения, осуществлять простейшие приемы психотерапии по профилактике и (или) устранению психологических комплексов болезни и инвалидности;
- проводить профилактику негативных социальных явлений, формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни;

овладеть:

- средствами, методами, приемами, техническими средствами и тренажерами для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения, воспитания и развития лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- способами работы в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления, компенсации и профилактики заболеваний у лиц с ограниченными возможностями здоровья
- методами и приемами применения физических факторов воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций, развития оставшихся функций, предупреждения прогрессирования основного заболевания;
- основными способами, предупреждающими появление и (или) прогрессирование сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, провоцируемых основным дефектом;
 - способами обеспечения условий для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Регенерация соединительной ткани.
2. Регенерация эпителия.
3. Факторы, нарушающие процесс регенерации.
4. Регенерация центральной нервной системы.
5. Регенерация мышечной ткани.
6. Гипокинетический синдром пищеварительной системы.
7. Особенности адаптационных перестроек пищеварительной системы в условиях гипокинезии.
8. Общие принципы снижения отрицательных последствий гипокинезии.
9. Эндокринные компенсаторные механизмы при артериальной гипертензии.
10. Нарушения функций и их компенсация при инсулиновой недостаточности. Способы искусственной компенсации инсулиновой недостаточности.
11. Нарушения функций и их компенсация при недостаточности гормонов аденогипофиза.
12. Эндокринные компенсаторные реакции при гипоксии.

13. Влияние длительного постельного режима на функции сердечно-сосудистой системы.
14. Влияние гипокинезии на функции опорно-двигательного аппарата.
15. Влияние длительной гипокинезии на функции центральной нервной системы.
16. Общие принципы снижения отрицательных последствий гипокинезии.
17. Клиническая картина дыхательной недостаточности. Основные признаки компенсации нарушения внешнего дыхания. Ранние (отражающие компенсацию, прежде всего, со стороны сердечно-сосудистой системы) и поздние клинические признаки (при декомпенсации со стороны сердечно-сосудистой, дыхательной и центральной нервной систем) гиперкапнии и гипоксемии.

Перечень вопросов к зачету

1. Компенсаторно-приспособительные процессы (гипертрофия, гиперплазия).
2. Компенсаторно-приспособительные процессы (регенерация, организация, метаморфоз).
3. Срочная и долговременная компенсация нарушенных функций.
4. Патофизиология ротового пищеварения.
5. Патофизиология желудочного пищеварения.
6. Патофизиология кишечного пищеварения.
7. Механизмы компенсации нарушенных функций пищевода.
8. Механизмы компенсации нарушенных функций желудка.
9. Механизмы компенсации нарушенных функций кишечника.
10. Общие механизмы эндокринных расстройств.
11. Механизмы компенсации нарушенной функции эндокринной железы.
12. Надпочечниковая недостаточность. Механизмы компенсации нарушенной функции надпочечников.
13. Нарушения функций и их компенсация при тиреоидной недостаточности.
14. Эндокринные компенсаторные механизмы при артериальной гипертензии.
15. Общие механизмы нарушений кровообращения.
16. Поражения сердца при остром физическом перенапряжении.
17. Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций системы кровообращения.
18. Компенсаторно-приспособительные механизмы при нарушении дыхания.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Название тем	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Семинарские занятия	
Второй	Тема 1. Введение в предмет	12	2	4	6
Второй	Тема 2. Патофизиология желудочно-кишечного тракта. Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций системы пищеварения	14	2	8	4
Второй	• Тема 3. Общие механизмы эндокринных расстройств. Физиологические механизмы компенсации эндокринных расстройств	18	2	6	10
Второй	Тема 4. Патофизиология системы кровообращения. Физиологические механизмы компенсации нарушенных функций системы кровообращения	18	2	6	10
Второй	Тема 5. Компенсаторно-приспособительные механизмы при нарушении дыхания	10	2	2	6
	Итого:	72	10	26	36

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на втором курсе во втором семестре завершается зачетом. Итоговый контроль (зачет) проводится в форме ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Кулиненков, О.С. Фармакологическая помощь спортсмену: коррекция факторов, лимитирующих спортивный результат / О.С. Кулиненков. - М. : Советский спорт, 2006. - 240 с.+ прил.: с.208-231
2. Ходасевич, Л.С. Конспект лекций по курсу общей патологии и тератологии : курс лекций / Л.С. Ходасевич. - М. : Физическая культура, 2005. – 240 с.
3. Состояния повышенного риска сердечно-сосудистой патологии в практике спортивной медицины [+электрон. ресурс] : учеб. пособие / А.В. Смоленский, Е.Ю. Андриянова, А.В. Михайлова [и др.]. - М. : Физическая культура, 2005. - 152 с.
4. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре : Примерная программа дисциплины для спец. 022500 (адаптивная физкультура) / сост. С.Ф. Курдыбайло, С.П. Евсеев. - М. : РИО РГУФК, 2004. - 14 с.
5. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия. В 2-х частях. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – 360 с.
6. Жук, И.А. Общая патология и тератология : Учеб. пособие / И.А. Жук, Е.В. Карякина. - М. : Академия, 2003. - 172 с.
7. Вайнер Э.Н., Кастюнин С.А. Краткий энциклопедический словарь: Адаптивная физическая культура. - Москва: Флинта, 2003.- 144 с.
8. Макарова Г.А. Спортивная медицина: Учебник. – М.: Советский спорт, 2003. – 480 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Колосова, Е. Г. Общая патология и тератология [+Электронный ресурс] / А. В. Горлов, О. И. Тихомиров, Е. Г. Колосова. - Оренбург: ОГПУ, 2008. Режим доступа:<http://rucont.ru/efd/238284?cldren=0>. – Заглав. с экрана.
2. Никифоров А.С., Гусев Е.И. Общая неврология. - Учебное пособие - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2007. - 720 с.
3. Степановских А.С. Прикладная экология: охрана окружающей среды. Учебник для вузов - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2005.- 751 с.
4. Руководство к практическим занятиям по физиологии человека и животных : Учеб. пособие / ред. И.П. Ашмарин, А.А. Каменский, Г.С. Сухова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М. : МГУ, 2004. - 256с.
5. Рязановская Л.С. Основы социальной медицины. Учебно-методическое пособие - Кострома: КГУ, 2004.- 59 с.
6. Бишаева А.А., Зимин В.Н. Физическое воспитание студентов специального медицинского отделения. Часть 3. Физическое воспитание студентов специального медицинского отделения. Учебное издание - Кострома: КГУ, 2003.- 101 с.

3.55. (а) Рабочая программа дисциплины «Спортивная медицина» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Ланская Ольга Владимировна, к.б.н., доцент

Цель дисциплины

Учебная дисциплина по выбору (альтернатива) «Спортивная медицина» ставит своей целью ознакомить студентов с системой медицинского обеспечения занятий спортом и физическими упражнениями со спортивной, воспитательной, восстановительной (реабилитационной) направленностью. В процессе изучения освещаются вопросы, касающиеся оценки физического развития, функционального состояния, физической работоспособности, а также особенностей заболеваний и травм, связанных с занятиями физкультурой и спортом.

Задачи дисциплины

Ознакомить бакалавров адаптивной физической культуры со структурой службы спортивной медицины в Российской Федерации, её задачами и организацией работы.

Изучить: методы исследования физического развития спортсмена и его оценки; принципы оценки функционального состояния человека с целью распределения на медицинские группы и допуска к занятиям спортом/физической культурой; влияние физической нагрузки на различные органы и системы организма; принципы тестирования и определения физической работоспособности в спортивной медицине; медицинские критерии отбора и спортивной ориентации, вопросы допуска спортсменов к соревнованиям; основы врачебно-педагогических наблюдений; средства восстановления спортивной работоспособности, допинги и антидопинговый контроль.

Сформировать умения: анализировать результаты различных методов исследования функционального состояния организма занимающегося физической культурой и спортом; определения состояния тренированности методами врачебно-педагогического контроля.

Воспитать у бакалавров физической культуры *навыки:* профилактических мероприятий заболеваний и травм спортсменов, своевременного оказания им необходимой медицинской помощи, в том числе проведения реанимационных мероприятий.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина по выбору (альтернатива) «Спортивная медицина» относится к вариативной части профессионального цикла Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебный материал по данной дисциплине позволяет будущему бакалавру адаптивной физической культуры понять ценность физической культуры и спорта для здоровья человека, а также опасность чрезмерной физической нагрузки, физического и психического перенапряжения, следующих за ней, даёт возможность ознакомиться с мерами предупреждения таких опасных состояний. «Спортивная медицина» призвана ознакомить студентов с достижениями современной медицинской науки, призванными обеспечить здоровье лиц, систематически выполняющих физические нагрузки различного характера, профилактику спортивных травм и заболеваний.

Учебная дисциплина по выбору (альтернатива) «Спортивная медицина» изучается на втором курсе при очной форме обучения. Учебная работа (72 часа) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий являются лекции и семинарские занятия. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на семинарских занятиях обеспечивается возможность овладения студентами дополнительными клинико-физиологическими аспектами в сфере патологической

физиологии. Внеаудиторная работа (36 часов) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ОК-5, ОК-15, ОК-16, ОК-18, ПК-2, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-8, ПК-9, ПК-10, ПК-16, ПК-17, ПК-18, ПК-21.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- закономерности физического развития человека; особенности состояний организма человека в процессе занятий физическими упражнениями; методы медико-биологического контроля и критерии оценивания состояния занимающихся; средства и методы оказания первой доврачебной помощи; санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок и при подготовке к соревнованиям; особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп с учётом их анатомо-физиологических особенностей; основные причины травматизма и неотложных состояний на занятиях физкультурой и спортом, виды травматизма в спорте; виды неотложных состояний; ручной и аппаратный методы оказания первой доврачебной помощи;

уметь:

- определять функциональное состояние организма спортсмена, физическое развитие занимающихся физической культурой и спортом; использовать информацию медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процесс занятий спортом/физкультурой; критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность в зависимости от результатов контроля функционального состояния занимающихся; обеспечить технику безопасности при тестировании спортсменов и физкультурников; оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим.

овладеть:

- методами врачебно-педагогических наблюдений, диагностики функционального состояния занимающихся; навыками рационального использования оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря для получения, фиксирования и анализа показателей функционального состояния занимающихся; навыками оказания первой доврачебной помощи пострадавшим, доступными в условиях учебно-тренировочного занятия; функциональными тестами для оценки состояния здоровья и работоспособности занимающихся; приемами помощи и страховки занимающегося при проведении учебно-тренировочного занятия.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебного процесса:

- для проведения лекционных занятий - специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов);
- для проведения практических занятий - специально оборудованная аудитория с установленными велоэргометрами, разновысокими ступенями, а также наличие ростомера, весов, сантиметровых лент, калипера, спирометров, кистевого динамометра, станкового динамометра, секундомера. Необходимы также электронные пульсометры типа Polar, электронные и механические аппараты для измерения артериального давления, метроном, фонендоскопы, кушетка, спортивные коврики, пневмотахометр, таблица с типами реакций сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку,

бланки протоколов метода дополнительной стандартной физической нагрузки и метода повторной специфической нагрузки.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧЕНИЯ

Разделы дисциплины

Раздел 1. Предмет, задачи и организация спортивной медицины.

Раздел 2. Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов.

Раздел 3. Основы общей и спортивной патологии.

Раздел 4. Влияние систематических занятий спортом на функциональное состояние организма юных спортсменов. Врачебный контроль за юными спортсменами.

Раздел 5. Врачебный контроль за женщинами и лицами старших возрастов.

Раздел 6. Допинги и антидопинговый контроль в спорте.

Раздел 7. Заболевания и травмы у спортсменов.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Методы исследования и оценка физического развития и особенности телосложения. Наружный осмотр и антропометрические измерения. Понятие осанки. Оценка осанки. Особенности физического развития и телосложения представителей различных видов спорта.

2. Методика оценки состояния стопы. Понятие о нормальной, уплощённой и плоской стопе. Дефекты осанки и формы стопы – противопоказания к занятиям некоторыми видами спорта.

3. Роль сердечно-сосудистой системы в транспорте кислорода и углекислого газа. Связь гипертрофии миокарда со спортивной специализацией.

4. Дополнительные методы исследования сердечно-сосудистой системы человека – суточное мониторирование ЭКГ и ЧСС, доплерэхокардиография, магнитно-резонансная томография, изотопные исследования миокарда, ультразвуковая доплерография сосудов.

5. Дополнительные лабораторные и инструментальные методы исследования дыхательной системы – спирофлоуметрия, газовый состав артериальной крови, другие методы лабораторной диагностики.

6. Понятие о здоровье и болезни. Этиология и патогенез заболеваний. Физические, химические, биологические, социальные причины болезни.

7. Понятие о дистрофии, атрофии, гипертрофии. Причины, вызывающие их и механизм развития.

8. Регенерация тканей. Заживление ран. Восстановление структуры нервной, мышечной костной тканей после травм.

9. Понятие о реактивности организма, иммунитете, аллергии, механизмы их развития, влияние на них физических упражнений.

10. Особенности врачебного контроля за детьми, подростками и юношами, занимающимися физической культурой. Возрастные группы и их морфофункциональные особенности. Понятие об акселерантах и ретардантах. Паспортный и биологический возраст. Критерии биологического возраста. Морфофункциональные особенности лиц, находящихся в периоде полового созревания. Распределение школьников на медицинские группы.

11. Основные медицинские требования к дозированию физических нагрузок при занятиях с детьми и подростками.

12. Врачебная оценка ранней спортивной специализации. Возрастные нормативы для начала занятий различными видами спорта в детских спортивных школах.

13. Врачебный контроль за девочками, девушками и женщинами. Морфофункциональные особенности женского организма. Понятие об овариально-менструальном цикле (ОМЦ), времени его формирования и становления. Особенности функционального состояния организма девушки в различные фазы ОМЦ. Принципы построения занятий физической культурой и спортом в связи с особенностями течения различных фаз ОМЦ. Влияние физической культуры и

спорта на беременность, роды, послеродовой период. Особенности самоконтроля женщины-спортсменки.

14. Контроль на половую принадлежность в спорте. История вопроса. Процедура контроля на половую принадлежность в настоящее время.

15. Морфофункциональные особенности лиц среднего, пожилого и старческого возраста. Сущность старения. Понятие о физиологической и патологической старости. Принципы распределения на группы лиц взрослого населения для занятий физической культурой.

16. Основные принципы дозирования физической нагрузки для людей пожилого возраста, допустимость тренировочных и соревновательных нагрузок. Рекомендуемые и нерекомендуемые основные виды физических упражнений для занятий с людьми пожилого и старческого возраста. Абсолютные и относительные противопоказания к занятиям физической культурой для данного контингента.

Перечень вопросов к зачету

1. Определение спортивной медицины, её цели и содержание. Организация медицинского обеспечения физкультуры и спорта: типы медицинских учреждений врачебно-физкультурной службы, их функции.
2. Задачи спортивно-медицинского тестирования. Требования к тестирующим нагрузкам. Общие требования к проведению функциональных проб. Классификация функциональных проб.
3. Методы оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы у спортсменов.
4. Методы оценки функционального состояния дыхательной системы у спортсменов.
5. Методы оценки функционального состояния нервно-мышечной системы у спортсменов.
6. Определение общей физической работоспособности по данным Гарвардского степ-теста. Суть. Методика проведения. Расчет индекса. Оценка показателя.
7. Определение общей физической работоспособности по данным пробы PWC170. Физиологические и методологические предпосылки пробы. Методика проведения степ-тестового варианта. Расчет и оценка показателей.
8. Определение общей физической работоспособности по данным пробы PWC170. Методика проведения велоэргометрического варианта. Расчет и оценка показателей. Выбор мощности первой и второй нагрузки. Пробы PWC-170 со специфическими нагрузками.
9. МПК как интегральный показатель физической работоспособности. Зависимость величины МПК от различных факторов.
10. Определение МПК прямым методом. Методика проведения, необходимые условия, преимущества и недостатки прямого метода. Оценка результатов.
11. Непрямые методы исследования МПК. Методика определения величины МПК по номограмме Астранда. Оценка результатов.
12. Понятие о здоровье и болезни. Этиология и патогенез заболеваний. Физические, химические, биологические, социальные причины болезни.
13. Понятие о дистрофии, атрофии, гипертрофии. Причины, вызывающие их и механизм развития.
14. Регенерация тканей. Заживление ран. Восстановление структуры нервной, мышечной костной тканей после травм.
15. Понятие о реактивности организма, иммунитете, аллергии, механизмы их развития, влияние на них физических упражнений.
16. Влияние систематических занятий спортом на функциональное состояние организма юных спортсменов. Врачебный контроль за юными спортсменами.
17. Возрастные особенности организма и врачебный контроль за лицами старших возрастов. Сущность старения.

18. Физиологические особенности организма и врачебный контроль за женщинами. Понятие об овариально-менструальном цикле. Контроль на половую принадлежность.
19. Допинги, их характеристика. Антидопинговый контроль.
20. Основные принципы фармакологического обеспечения спорта. Классификация фармакологических препаратов, применяемых в спорте.
21. Общая характеристика спортивного травматизма. Травмы ОДА, кожных покровов, нервной системы, первая доврачебная помощь. Общая характеристика заболеваний у спортсменов, причины и структура заболеваемости.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Название разделов учебного курса	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
Второй	Раздел 1. Предмет, задачи и организация спортивной медицины	2	2	-	-
Второй	Раздел 2. Функциональные пробы в диагностике функционального состояния организма спортсменов	35	2	18	15
Второй	Раздел 3. Основы общей и спортивной патологии	5	-	-	5
Второй	Раздел 4. Влияние систематических занятий спортом на функциональное состояние организма юных спортсменов. Врачебный контроль за юными спортсменами	6	-	-	6
Второй	Раздел 5. Врачебный контроль за женщинами и лицами старших возрастов	10	-	-	10
Второй	Раздел 6. Допинги и антидопинговый контроль в спорте	8	4	4	-
Второй	Раздел 7. Заболевания и травмы у спортсменов	6	2	4	-
	Итого:	72	10	26	36

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на втором курсе во втором семестре завершается зачетом. Итоговый контроль (зачет) проводится в форме ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Граевская Н.Д., Долматова Т.И. Спортивная медицина: Курс лекций и практические занятия. Учебное пособие в 2-х частях. – М.: Советский спорт, 2004.
2. Спортивная медицина: Перевод с англ. : Справ. для врача и тренера. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Терра-Спорт, 2003. - 240с.
3. Андриянова Е.Ю. Вопросы общей и спортивной фармакологии: учебное пособие. Великие Луки, 2009. – 101 с.
4. Поварещенкова Ю.А., Фадеева М.А. Оценка физического развития спортсменов. Учебно-методическое пособие. – Великие Луки, 2013. – 45 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

6. Швеллнус М. Олимпийское руководство по спортивной медицине: пер. с англ.- М.:Практика, 2011.- 672с
7. Якименко С.Н. Использование физических средств восстановления в соревновательном периоде подготовки спортсменов: монография. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2006. – 228 с.

8. Павлов С.Е. Физиологические основы подготовки квалифицированных спортсменов [Электронный ресурс]: учебное пособие по курсу дисциплины «Спортивная медицина» для студентов ВУЗов физической культуры, обучающихся по специальности 032101 «Физическая культура и спорт» - Малаховка: МГАФК, 2010. Режим доступа : <http://www.iqlib.ru>. - Загл. с экрана.

3.56. Рабочая программа дисциплины «Психологические тренинги» основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* – адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик:

Смирнова Виктория Викторовна, старший преподаватель

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель дисциплины – рассмотреть тренинг как форму социально-психологического воздействия на личность для оптимизации её функционального состояния и развития, раскрыть содержание воздействий на личность с позиций разных психологических направлений.

Задачи дисциплины

Освоить базовые понятия и познакомиться с основными понятиями социально-психологического тренинга. Познакомить студентов с основными положениями современной тренинговой деятельности. Дать конкретные знания о методологии и методах психологического тренинга. Познакомить студентов с основными техниками и другими составляющими психологического тренинга, а также с различными видами тренинга и их структурой. Овладение знаниями ведения социально-психологического тренинга.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Программа дисциплины «Психологические тренинги» относится к курсам по выбору студентов вариативной части профессионального цикла дисциплин.

Изучение данной дисциплины базируется на дисциплинах «Психология и педагогика», «Психодиагностика», «Вербальные и невербальные способы общения», «Работа с родителями детей-инвалидов», «Здоровый образ жизни» и «Нетрадиционно-оздоровительные технологии в адаптивной физической культуре».

Освоение дисциплины является необходимой основой для изучения в последующем таких дисциплин как: «Возрастная психопатология и психоконсультирование», «Комплексная реабилитация больных и инвалидов», «Профилактика негативных социальных явлений». Основные положения дисциплины должны быть использованы в дальнейшем при прохождении преддипломной практики и написании выпускной квалификационной работы.

Программа дисциплины рассчитана на 144 часа аудиторных занятий, из которых 72 часа – семинарские занятия и 72 часа самостоятельной работы студентов с литературой, электронными версиями учебников и пр. Аудиторные занятия проходят в форме групповых дискуссий, интерактивных методов обучения и тренингов.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВПО по данному направлению: ОК – 6, ОК – 7, ОК – 9, ОК – 10, ОК – 11, ПК – 2, ПК – 3, ПК – 13.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- теоретико-методологическую базу тренинговой работы;
- технологию проведения тренинга;
- методологические основания тренинговых технологий;
- теоретические основы разработки программы социально-психологического тренинга;
- знать требования, предъявляемые к ведущим психологический тренинг, а также правовые и этические аспекты их деятельности.

уметь:

- разрабатывать и реализовывать на практике программу социально-психологического тренинга;

- правильно интерпретировать происходящее в группе, диагностировать изменения группы в целом, и каждого участника в отдельности;
- уметь проектировать программу тренинга, подбирать содержание, техники, упражнения в соответствии с целями, категорией участников и другими критериями.

овладеть:

- навыками взаимодействия;
- спецификой проведения тренинговых групп, основными принципами, методами и техниками групповой работы;
- основами планирования, разработки, реализации и оценки тренинговых программ;
- психологическими методами и приёмами эффективного управления групповой динамикой в тренинге;
- навыками применения различных типов упражнений на психологическом тренинге.

Материально-техническое обеспечение

Для обеспечения активных форм проведения занятий по дисциплине «Психологические тренинги» требуются следующие виды обеспечения:

1. Методическое обеспечение.

- учебники по психологии организации групповой работы, ведению социально-психологического тренинга;

2. Аудиторное обеспечение:

- помещения для проведения психологических тренингов и групповых занятий.

3. Техническое обеспечение:

- мультимедийный проектор;
- интерактивная доска;
- компьютерные мультимедийные презентации
- практический инструментарий для проведения тренинговых занятий (мячи, карандаши, бумага, краски, фломастеры, ватманы, клей, скотч, журналы, газеты, магнитофон, музыкальное сопровождение).

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Классификация активных методов обучения
2. Социально – психологический тренинг как активный метод обучения.
3. Цели тренинговой работы.
4. Истоки возникновения групповых методов обучения в психологии.
5. Преимущества групповой формы психологической работы.
6. Принципы работы тренинговой группы.
7. Количественный и качественный состав тренинговых групп
8. Основные парадигмы тренинга, позиции ведущего.
9. Понятия групповые нормы, ролевые позиции в группе, групповая сплоченность, групповая динамика.
10. Виды тренинговых упражнений.
11. Общая характеристика деловой игры как метода обучения. Этапы и функции деловой игры.
12. Ролевая игра как метод обучения психологии. Основные функции, процедура проведения.
13. Групповая дискуссия как метод обучения психологии. Цель, предмет, условия применения. Задачи ведущего дискуссии.
14. Тренинг личностного роста, методика проведения
15. Виды и функции упражнений «разогрева»
16. Методы краткосрочной психологической помощи клиенту

17. Типы внутриличностного конфликта и методы работы с ним в тренинге личностного роста

18. Формирующие упражнения в тренинге, возможности и ограничения.

Примерная тематика рефератов

1. История развития тренинговой работы в России.
2. Особенности проведения тренингов в разных сферах общественной жизни.
3. Структура тренинга личностного роста. Виды тренинговых упражнений.
4. Метод конкретных ситуаций, метод инцидента. Метод погружения.
5. Тренинг личностного роста, методика проведения.
6. Особенности групповой и индивидуальной работы в тренинге.
7. Виды и функции упражнений «разогрева».
8. Методы краткосрочной психологической помощи клиенту.
9. Личность тренера. Основные профессиональные качества тренера.
10. Технология тренинга.
11. Метод групповой дискуссии.
12. Методы, направленные на развитие социальной перцепции.
13. Обучающие техники в бихевиоральном тренинге.
14. Необихевиоральные программы работы с клиентами.
15. Техника систематической десенсибилизации (назначение, механизм коррекции, этапы проведения техники).
16. «Жетонные» программы коррекции (цель и задача программ, компоненты «жетонной» программы).
17. Когнитивная теория тренинговой работы. Основополагающие принципы когнитивного подхода.
18. АВС - теория А. Элиса. Суть иррациональных представлений и рациональных идей.
19. Подход А. Бека, основные положения, терапевтические приемы, позиция терапевта.
20. Гуманистическая модель в проведении социально-психологического тренинга.
21. Экзистенциально-феноменологическая психотерапия. Особенности данной парадигмы, ее цель.
22. Модели методов групповой психологической работы.

Перечень вопросов к зачёту

1. Общее представление о психологическом тренинге.
2. Цели и задачи тренингов.
3. История развития тренинга.
4. Соотношение понятий "групповая психотерапия", "групповая психокоррекция" и "групповой тренинг".
5. Специфические черты тренинговой работы.
6. Разнообразие психологических тренингов.
7. Личность тренера: требования к подготовке, квалификации, личностным качествам.
8. Функции и стили психотренера.
9. Необходимые профессиональные умения и навыки для общения с детьми и подростками.
10. Основные стратегии ведения тренинга.
11. Этические принципы тренинга.
12. Подготовка ведущих тренинговых групп.
13. Преимущество групповой формы работы.
14. Групповые нормы. Ролевые позиции в группе.
15. Понятие о групповой сплоченности.
16. Качественный и количественный состав тренинговых групп.
17. Составление программы тренинга
18. Описание программы психологического тренинга

19. Пространственная организация психологического тренинга
20. Логика конструирования тренингов
21. Разнообразие тренинговых упражнений.
22. Психологический феномен игрового взаимодействия
23. Логика организации игрового взаимодействия
24. Критерии эффективного игрового взаимодействия
25. Классификация игр в тренинге.
26. Медитативные техники в тренинге, правила применения.
27. Креативность: понятие, интеллектуальные предпосылки .
28. Креативность и качества личности.
29. Принципы тренинга креативности.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Семинарские занятия	Самостоятельная работа
Раздел 1. Теоретические и методологические основы ведения тренингов				
<i>Пятый</i>	Тема 1.1. Общее представление о психологическом тренинге	12	6	6
<i>Пятый</i>	Тема 1.2. История психологического тренинга	12	6	6
<i>Пятый</i>	Тема 1.3. Виды тренинговых программ и их специфика	12	6	6
<i>Пятый</i>	Тема 1.4. Основные тренинговые методы	20	12	8
<i>Пятый</i>	Тема 1.5. Построение социально-психологического тренинга	12	6	6
Раздел 2. Особенности поведения тренера в тренинговом процессе				
<i>Шестой</i>	Тема 2.1. Методика организации психологического тренинга	10	4	6
<i>Шестой</i>	Тема 2.2. Ролевые и функциональные позиции тренера	10	4	6
<i>Шестой</i>	Тема 2.3. Коммуникационное взаимодействие в тренинге	12	6	6
Раздел 3. Подготовка и проведение программы тренингов				
<i>Шестой</i>	Тема 3.1. Коммуникативный тренинг	4	2	2
<i>Шестой</i>	Тема 3.2. Интеллектуальный	4	2	2

	тренинг			
<i>Шестой</i>	Тема 3.3. Регулятивный тренинг	4	2	2
<i>Шестой</i>	Тема 3.4. Мотивационный тренинг	4	2	2
<i>Шестой</i>	Тема 3.5. Тренинг специальных умений	4	2	2
<i>Шестой</i>	Тема 3.6. Тренинг формирования команды	4	2	2
<i>Шестой</i>	Тема 3.7. Тренинг разрешения конфликтов	4	2	2
<i>Шестой</i>	Тема 3.8. Тренинг лидерства	4	2	2
<i>Шестой</i>	Тема 3.9. «Владение» аудиторией: искусство и технология публичных выступлений	4	2	2
<i>Шестой</i>	Тема 3.10. Тренинг сенситивности	4	2	2
<i>Шестой</i>	Тема 3.11. Стресс-менеджмент	4	2	2
Итого:		144	72	72

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

По окончании курса студенты сдают в 6-ом семестре зачёт. Зачёт проходит в форме собеседования с преподавателем по вопросам объёмных требований.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Гусейнов, А.Ш. Коммуникативная компетентность личности: учеб. пособие / А.Ш. Гусейнов. - Краснодар: КГУФКСТ, 2008. - 288 с.

2. Личность и профессия: психологическая поддержка и сопровождение: учеб. пособие для студ. пед. вузов / ред. Л.М. Митина. - М. : Академия, 2005. - 336с. - (Высш. проф. образование).

3. Пазухина, С.В. Педагогическая успешность: диагностика и развитие профессионального сознания учителя: учеб. пособие / С.В. Пазухина. - СПб.: Речь, 2007. - 224 с. - (Психологический тренинг).

4. Панина, Т.С. Современные способы активизации обучения: учеб. пособие для студ. вузов / Т.С. Панина, Л.Н. Вавилова. - М.: Академия, 2006. - 176с. - (Высш. проф. образование).

5. Рогов, Е.И. Выбор профессии: Становление профессионала / Е.И. Рогов. - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. - 336 с. (Азбука психологии).

6. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога: учеб.пособие / Е.И. Рогов. - кн.2 . Работа психолога со взрослыми. Коррекционные присмы и упражнения. - М.: ВЛАДОС, 2004. – 480 с.

7. Фопель, К. Технология ведения тренинга. Теория и практика / К. Фопель. - 3-е изд. - М.: Генезис, 2007. - 267 с. - (Все о психологической группе).

8. Шепелева, Л.Н. Программы социально-психологических тренингов / Л.Н. Шепелева. - СПб.: ПИТЕР, 2007. - 160 с.
9. Шейн, Э. Организационная культура и лидерство: учебник / Э. Шейн. - 3-е изд. - СПб.: ПИТЕР, 2011. - 336 с.: ил. - (Классика МВА).

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Архангельский, Г. Организация времени: от личной эффективности к развитию фирмы / Г. Архангельский. - 3-е изд. - СПб.: ПИТЕР, 2008. - 432 с. (Практика менеджмента).
2. Баженова, О.В. Тренинг эмоционально-волевого развития для дошкольников и младших школьников / О.В. Баженова. - СПб.; М.: Речь; Сфера, 2010. - 192 с.
3. Бекоева, Д.Д. Практическая психология: учеб. пособие для студ. вузов / Д.Д. Бекоева. - М.: Академия, 2009. - 192 с.+ прил.: с.189-191. - (Высш. проф. образование).
4. Большаков, А. Большая книга скрытого влияния на людей / А. Большаков. - СПб.; М.: АСТ; Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. - 255 с. - (Школа успеха).
5. Грецов, А.Г. Исправь свое настроение сам: информационно-метод. мат. для подростков / А.Г. Грецов, Е.Г. Попова. - СПб.: СПбГАФК, 2003. - 36 с.
6. Грецов, А.Г. Беседы с подростками о них самих: книга для учителя / А.Г. Грецов, Е.Г. Попова. - СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2005. - 120 с.
7. Грецов, А.Г. Будь уверенным в себе. Практикум: информационно-метод. материалы для подростков / А.Г. Грецов, Е.Г. Попова. - СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2008. - 76 с.
8. Грецов, А.Г. Будь уверенным в себе: информационно-метод. материалы для подростков / А.Г. Грецов, Е.Г. Попова. - СПб.: СПбГАФК, 2004. - 48 с.
9. Грецов, А.Г. Лучшие упражнения для обучения саморегуляции: учебно-метод. пособие / А.Г. Грецов. - СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2006. - 44с.
10. Грецов, А.Г. Лучшие упражнения для обучения эффективной коммуникации: учебно-метод. пособие / А.Г. Грецов; ред. С.П. Евсеев. - СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2006. - 48 с.
11. Грецов, А.Г. Лучшие упражнения для развития креативности: учебно-метод. пособие / А.Г. Грецов. - СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2006. - 44 с.
12. Грецов, А.Г. Лучшие упражнения для сплочения команды / А.Г. Грецов. - учебно-метод. пособие. - СПб., 2006. - 44 с.
13. Грецов, А.Г. Тренинг уверенного поведения для старшеклассников и студентов / А.Г. Грецов. - СПб.: ПИТЕР, 2008. - 192 с.: ил. - ("Книги А. Грецова").
14. Доценко, Е.Л. Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита / Е.Л. Доценко. - 3-е изд., испр. и перераб. - СПб.: Речь, 2003. - 304 с. (Психол. практикум).
15. Лаут, Г.В. Нарушение внимания у детей: тренинг и развивающие игры: учеб. пособие / Г.В. Лаут, П.Ф. Шлоттке. - 5-е изд., перераб. - М.: Академия, 2008. - 368 с.
16. Панкратов, В.Н. Защита от психологического манипулирования: практич. руководство / В.Н. Панкратов. - М.: Институт психотерапии, 2004. - 208 с. (Психология успеха и эф. управления).
17. Паркер, Г. Формирование команды: Сборник упражнений для тренеров / Г. Паркер, Р. Кропп. - СПб.: ПИТЕР, 2003. - 160с.: ил. - (Эффективный тренинг).
18. Развитие культуры общения в подростковой среде: программа, разработка занятий, рекомендации / авт.-сост. О.Н. Рудякова. - Волгоград: Учитель, 2011. - 151 с.
19. Родительские собрания с психологом. 1-11 классы / авт.-сост. О.К. Симонова. - М.: Планета, 2011. - 128 с. - (Воспитательная работа).
20. Саенко, Ю.В. Регуляция эмоций. Тренинги управления чувствами и настроениями / Ю.В. Саенко. - СПб.: Речь, 2011. - 232 с.
21. Сидорова, Н.А. Тайм-менеджмент: создание оптимального расписания дня и эффективная организация рабочего процесса / Н.А. Сидорова, Е.Б. Анисинкова. - М.: Дашков и К, 2008. - 220 с.

Электронные ресурсы

1. Ким, Е.А. Бизнес-тренинг от Hollywood (a) [Электронный ресурс] / Е.А. Ким, Е.Н. Бутенко. - М.: ФОРУМ; ИНФРА-М, 2011. - 208 с.+ Прил.: 1 электрон. опт. диск. - ISBN 5-8199-0220-3; 5-16-002476-4: 158-12.
2. Кузнецова, О.Н. Урок психологии в системе психолого-педагогического сопровождения учащихся. Методические рекомендации для педагогов-психологов учреждений образования [Электронный ресурс]. / О.Н. Кузнецова, С.А. Хазова. - Кострома: КГУ, 2006.- 58 с. – Режим доступа: <http://www.iqlib.ru/> - Загл. с экрана.

3.56. **(а).** Рабочая программа дисциплины «Креативные телесно-ориентированные практики» основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* – адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Смирнова Виктория Викторовна, старший преподаватель

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель дисциплины – сформировать у студентов теоретико-методические знания и практические умения применения креативных телесно-ориентированных практик в сфере адаптивной физической культуры, развития творчества, объединения духовного и телесного начал человека в процессе занятий, сочетания средств и методов психологии, психотерапии и искусства с технологиями адаптивной физической культуры.

Задачи дисциплины

Сформировать у студентов разносторонний подход к организации и проведению занятий по адаптивной физической культуре, к использованию средств и методов искусства, психотерапии совместно со средствами и методами адаптивной физической культуры, изучение передовых технологий и методик телесно-ориентированных практик используемых в России и за рубежом. Развивать творческий потенциал в процессе занятий адаптивной физической культурой через креативные телесно-ориентированные практики.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Программа дисциплины «Креативные телесно-ориентированные практики» относится к курсам по выбору студентов вариативной части профессионального цикла дисциплин.

Изучение данной дисциплины базируется на дисциплинах «Психология и педагогика», «Здоровый образ жизни» и «Нетрадиционно-оздоровительные технологии в адаптивной физической культуре».

Освоение дисциплины является необходимой основой для изучения в последующем таких дисциплин как: «Комплексная реабилитация больных и инвалидов» и «Профилактика негативных социальных явлений».

Программа дисциплины рассчитана на 144 часа аудиторных занятий, из которых 72 часа – семинарские занятия и 72 часа самостоятельной работы студентов с литературой, электронными версиями учебников и пр. Аудиторные занятия проходят в форме интерактивных методов обучения и тренингов.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВПО по данному направлению: ОК – 6, ОК – 7, ОК – 9, ОК – 10, ОК – 11, ПК – 2, ПК – 3, ПК - 13.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- показания и противопоказания к применению креативных телесно-ориентированных практик, структуру и методику построения и проведения различных форм занятий креативными практиками;
- методические особенности творческого развития и самовыражения занимающихся через движение, музыку и образ;
- основы объединения духовно-телесных составляющих человека с отклонениями в состоянии здоровья и инвалида.

уметь:

- строить занятия с использованием средств физической культуры для развития сферы чувств, соучастия, сопереживания, самовыражения своего состояния, настроения в сфере двигательных практик;

- преодолевать психологические комплексы, снятие «мышечных зажимов», коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата с помощью физических упражнений, музыки, танцев, сюжетных игр;
- подбирать задания, соответствующие возможностям занимающихся, проводить оценку, исключая негативную, их действий, идей, результатов творчества и фантазий;
- реально переживать, проигрывать и чувствовать возникшие ситуации.

овладеть:

- междисциплинарными знаниями для организации занятий креативными телесно-ориентированными практиками, с лицами, имеющими различные нарушения;
- методами, приёмами, средствами телесно-ориентированных практик;
- авторскими методиками работы и практическими основами проведения занятий.

Материально-техническое обеспечение

Для обеспечения активных форм проведения занятий по дисциплине «Креативные телесно-ориентированные практики» требуются следующие виды обеспечения:

1. Методическое обеспечение.

- учебники и учебные пособия по практической психологии и креативным телесно-ориентированным практикам;

- диагностические и методические материалы.

2. Аудиторное обеспечение:

- помещения для проведения психологических тренингов и групповых занятий.

3. Техническое обеспечение:

- мультимедийный проектор;
- интерактивная доска;
- компьютерные мультимедийные презентации.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Особенности применения приёмов сказкотерапии.
2. Особенности применения приёмов игротерапии.
3. Особенности применения приёмов арт-терапии.
4. Особенности применения приёмов песочной терапии.
5. Особенности применения приёмов куклотерапии.
6. Особенности применения приёмов музыкотерапии.
7. Особенности применения приёмов танцетерапии.
8. Метод формокоррекционной ритмопластики.
9. Современные методы и техники креативной терапии.
10. Подбор упражнений по основным техникам креативной терапии.
11. Разработка программ развития творческих способностей для различных возрастных групп.

Примерная тематика рефератов

1. История развития тренинговой работы в России.
2. Особенности проведения тренингов в разных сферах общественной жизни.
3. Структура тренинга личностного роста. Виды тренинговых упражнений.
4. Метод конкретных ситуаций, метод инцидента. Метод погружения.
5. Тренинг личностного роста, методика проведения.
6. Особенности групповой и индивидуальной работы в тренинге.
7. Виды и функции упражнений «разогрева».
8. Методы краткосрочной психологической помощи клиенту.
9. Личность тренера. Основные профессиональные качества тренера.
10. Технология тренинга.
11. Метод групповой дискуссии.
12. Методы, направленные на развитие социальной перцепции.

13. Обучающие техники в бихевиоральном тренинге.
14. Необихевиоральные программы работы с клиентами.
15. Техника систематической десенсибилизации (назначение, механизм коррекции, этапы проведения техники).
16. «Жетонные» программы коррекции (цель и задача программ, компоненты «жетонной» программы).
17. Когнитивная теория тренинговой работы. Основополагающие принципы когнитивного подхода.
18. АВС - теория А. Элиса. Суть иррациональных представлений и рациональных идей.
19. Подход А. Бека, основные положения, терапевтические приемы, позиция терапевта.
20. Гуманистическая модель в проведении социально-психологического тренинга.
21. Экзистенциально-феноменологическая психотерапия. Особенности данной парадигмы, ее цель.
22. Модели методов групповой психологической работы.

Перечень вопросов к зачёту

1. Общая характеристика телесно-ориентированных техник арт-терапии.
2. Задачи телесно-ориентированных арт-терапевтических техник.
3. Психическое и физическое здоровье психотерапевта.
4. Механизмы лечебно-гармонизирующего влияния телесно-ориентированной арт-терапии.
5. Телесно-ориентированная и холистическая психотерапия.
6. Дыхание, визуализация и изобразительная деятельность.
7. Техника дыхательных упражнений.
8. Варианты управления состоянием через дыхание.
9. Дыхательные техники.
10. Медитация.
11. Экспрессивные техники, связанные с изображением лица.
12. Экспрессивные техники, связанные с изображением рук и ног.
13. Изображение чувств, передаваемых через телесную экспрессию.
14. Техника жестового рисования.
15. Реалистичный автопортрет.
16. Техника экспрессивной психотерапии.
17. Супрессивные техники (изменяющие).
18. Экспрессивные техники (проявляющие).
19. Техники психодраматического гештальта.
20. Техники, связанные с созданием визуальных метафор телесности и помогающих объектов (талисманов).
21. Техники для создания визуальных метафор телесности с помощью песка.
22. Фототерапевтические телесно-ориентированные техники.
23. Оригами терапия.
24. Техника мандала.
25. Техника «Пленительное кружево».
26. Техники - работа с сыпучим материалом (крупы, рис, мука).
27. Техника «Коллажа».
28. Техника «Тестоластика».
29. Особенности применения приёмов куклотерапии.
30. Особенности применения приёмов сказкотерапии.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Семинарские занятия	Самостоятельная работа

<i>Пятый</i>	Тема 1. Общая характеристика креативных телесно-ориентированных практик	12	6	6
<i>Пятый</i>	Тема 2. Базовые техники психосоматической саморегуляции	12	6	6
<i>Пятый</i>	Тема 3. Экспрессивные техники, связанные с фокусировкой на отдельных частях тела и всём теле	12	6	6
<i>Пятый</i>	Тема 4. Техники, связанные с созданием визуальных метафор телесности и помогающих объектов (талисманов)	12	6	6
<i>Пятый</i>	Тема 5. Техники для создания визуальных метафор телесности с помощью песка	12	6	6
<i>Шестой</i>	Тема 6. Фототерапевтические телесно-ориентированные техники	12	6	6
<i>Шестой</i>	Тема 7. Оригами терапия	12	6	6
<i>Шестой</i>	Тема 8. Техника мандала	8	4	4
<i>Шестой</i>	Тема 9. Пленительное кружево ладони	12	6	6
<i>Шестой</i>	Тема 10. Рисуем без кисточки	8	4	4
<i>Шестой</i>	Тема 11. Коллаж	8	4	4
<i>Шестой</i>	Тема 12. Тестопластика	8	4	4
<i>Шестой</i>	Тема 13. Куклотерапия	8	4	4
<i>Шестой</i>	Тема 14. Сказкотерапия	8	4	4
Итого:		144	72	72

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

По окончании курса студенты сдают в 6-ом семестре зачёт. Зачёт проходит в форме собеседования с преподавателем по вопросам объёмных требований.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Бекоева, Д.Д. Практическая психология: учеб. пособие для студ. вузов / Д.Д. Бекоева. - М.: Академия, 2009. - 192 с.+ прил.: с.189-191.

2. Грецов, А.Г. Лучшие упражнения для развития креативности: учебно-метод. пособие / А.Г. Грецов. - СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2006. – 44 с. библиогр.: с. 42.

3. Ильин, Е.П. Психология творчества, креативности, одаренности: учеб. пособие / Е.П. Ильин. - СПб.: ПИТЕР, 2011. - 448 с.: ил.

4. Морозов, А.В. Креативная педагогика и психология: учеб. пособие / А.В. Морозов, Д.В. Чернилевский. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Академический Проект; Традиция, 2004. - 560 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Волкова, Е.В. Интеллект, креативность и продуктивность освоения профессиональной деятельности / Е.В. Волкова // Психологический журнал. - 2011. - №4. - С. 83-94.

2. Грабовский, А.И. К вопросу о классификации видов детской одаренности / А.И. Грабовский // Педагогика. - 2003. - №8. - С. 13-18.

3. Грачева, В.Н. Гимнастика для тела - тренинг для души. Практика телесно ориентированной терапии / В.Н. Грачева. - СПб.: Вектор, 2008. - 128 с.

4. Гренлюнд, Эрн. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика / Э. Гренлюнд, Н. Оганесян. - СПб.: Речь, 2011. - 288 с.

5. Грецов, А.Г. Арт-терапевтические техники в психологических тренингах / А.Г. Грецов // Адаптивная физическая культура. - 2004. - №2. - С. 36-37.

6. Дружинин, В.Н. Психология общих способностей / В.Н. Дружинин. - 3-е изд. - СПб.: ПИТЕР, 2007. - 368 с.: ил.+ прил.: С. 278-358.

7. Евтихов, О.В. Практика психологического тренинга / О.В. Евтихов. - СПб.: Речь, 2007. - 256 с. - (Психологический тренинг). библиогр.: С. 252-254.

8. Завершнева, Е.Ю. Методика исследования креативности (МИК): моделирование творческого процесса в игре / Е.Ю. Завершнева, Е.С. Шильштейн // Психология и школа. - 2009. - №1. - С. 13-38.

9. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Игры в сказкотерапии / Евстигнеева Т.Д. Зинкевич, 2011: 122-00. // Психология в вузе. - 2008. - №2. - С. 56-68

10. Калманович, А.Б. "Психология интеллекта, креативности и мудрости. Развивающие программы и технологии": Заметки участника конференции / А.Б. Калманович // Психологическая газета. - 2003. - №10. - С. 15-17.

11. Колпакова, А. Реализация креативности студентами педагогического вуза / А. Колпакова // Вестник высшей школы. - 2006. - №10. - С. 56-59.

12. Конусова, А.Н. Метод проектов - креативный метод решения проблем / А.Н. Конусова // Акмеология образования. - 2007. - №4. - С. 181-184

13. Копытин, А.И. Рисуночный тест Р. Сильвер для оценки когнитивной и эмоциональной сфер личности / А.И. Копытин // Психологический журнал. - 2004. - №5. - С. 90-97

14. Кыштымова, И.М. Психосемиотическая методика диагностики вербальной креативности / И.М. Кыштымова // Психологический журнал. - 2008. - №6. - С. 56-65.

15. Никольская И.М. Метод серийных рисунков и рассказов / И.М. Никольская // Психотерапия. - 2008. - №12. - С. 34-40.

16. Полукаров, В.Л. Основы рекламы: Учебник / В.Л. Полукаров. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Дашков и К, 2004. - 240с.+ Прил.: с.210-236

17. Психолого-педагогический практикум: учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования / ред. В.А. Сластенин. - 6-е изд., стер. - М.: Академия, 2011. - 224 с. - (Высш. проф. образование).

Электронные ресурсы

1. Бескова, И.А. Феномен сознания. / И.А. Бескова, И.А. Герасимова, И.П. Меркулов. - Москва: Прогресс-Традиция, 2010.- 366 с. – Режим доступа: <http://www.iqlib.ru/> - Загл. с экрана.

2. Неретина, Т.Г. Специальная педагогика и коррекционная психология. Учебно-методический комплекс. / Т.Г. Неретина. - Москва: Флинта, 2010.- 376 с. Серия «Библиотека психолога». Режим доступа: <http://www.iqlib.ru/> - Загл. с экрана.

3. Использование артпедагогических технологий в коррекционной работе с детьми с особыми образовательными потребностями. Учебное пособие по коррекционной педагогике - Москва: Флинта, 2011.- 186 с. Режим доступа: <http://www.iqlib.ru/> - Загл. с экрана.

3.57. Рабочая программа дисциплины «Менеджмент в адаптивной физической культуре» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик:

Богданова Светлана Вячеславовна, к.п.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель изучения дисциплины – овладение студентами научными основами теории социального управления физкультурными и спортивными организациями адаптивной физической культуры России в условиях рыночной экономики.

Задачи дисциплины

Основные задачи изучения дисциплины заключаются:

в формировании первичных управленческих понятий, необходимых для эффективного изучения других гуманитарных и социально-экономических дисциплин; собственного управленческого мировоззрения и управленческой культуры; способности принимать правильные, эффективные управленческие решения в своей профессиональной деятельности; навыков и умений обобщения и использования информации о достижениях в области отраслевого управления; способности ориентироваться в современной системе органов управления адаптивной физической культурой в России; в овладении знаниями о современных методах управления и технологии управленческого труда в организациях физкультурно-спортивной направленности; технологией подготовки и принятия управленческих решений, а также организации их выполнения.

Место дисциплины в профессиональной подготовке выпускника

Дисциплина по выбору «Менеджмент в адаптивной физической культуре» относится к вариативной части профессионального цикла (Б 3) и предназначена для студентов 4 курса 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Особенностью изучения дисциплины «Менеджмент в адаптивной физической культуре» в процессе профессионального образования бакалавра адаптивной физической культуры является ознакомление с основными положениями управленческой науки и организационными основами адаптивной физической культуры, в соответствии с Конституцией РФ, законами РФ и нормативными документами органов управления физической культурой и спортом и образованием, нормативно-правовыми актами в сфере физической культуры и спорта и образования.

Изучение основ данной дисциплины и получаемые при этом знания дополняются и углубляются при изучении студентами других учебных дисциплин, таких как «Теория и организация адаптивной физической культуры», «Теория и методика физической культуры».

Учебная работа (26 часов) проводится в виде аудиторных занятий. В процессе лекционных и семинарских занятий, самостоятельной работы студенты знакомятся с планированием развития адаптивной физической культуры на местном, региональном и федеральном уровнях; с деятельностью государственных и общественных органов управления в сфере физической культуры и спорта и первичных организаций адаптивной физкультурно-спортивной направленности; с организацией и проведением физкультурно-массовых и спортивных мероприятий; с основными характеристиками и функциями менеджмента в адаптивной физической культуре.

Лекции читаются с использованием мультимедийного оборудования, на семинарских занятиях студенты осуществляют структурирование изученного материала, при применении активных методов обучения.

Внеаудиторная работа (46 часов) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы и интернета.

Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ОК-6, ОК- 7, ОК-8, ОК-9, ОК-10, ОК -11, ОК-15, ОК-16, ПК -1, ПК -42, ПК -45.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

принципы и методы организации и управления малыми коллективами;

свои права и обязанности как гражданина своей страны;

сущность и значение информации в развитии современного информационного общества, опасности и угрозы, возникающие в этом процессе, основные требования информационной безопасности, в том числе защиты государственной тайны;

закономерности, функции, принципы, средства и методы отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры, их роли и места в общей системе физической культуры;

методику планирования работы в первичных структурных подразделениях;

документы государственных и общественных органов управления в сфере адаптивной физической культуры.

уметь:

находить организационно-управленческие решения вне стандартных ситуаций и готов нести за них ответственность;

использовать Гражданский кодекс Российской Федерации, другие нормативно-правовые документы в своей деятельности;

работать с компьютером как средством управления информацией;

наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков;

овладеть:

культурой мышления, способностью к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения

готовностью к взаимодействию (кооперации) с коллегами, работе в коллективе;

стремлением к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства;

готовностью критически оценивать свои достоинства и недостатки;

осознанием социальной значимости своей будущей профессии и высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности;

готовностью обеспечивать подготовку и работу необходимого оборудования и организовывать судейство соревнования по различным видам адаптивного спорта;

практическим использованием документов государственных и общественных органов управления в сфере адаптивной физической культуры.

Материально-техническое обеспечение

Для обеспечения данной дисциплины необходимы аудитории, оборудованные техническими средствами обучения: проектор, экран, ноутбук, интернет, компьютерные классы.

Перечень заданий для самостоятельной работы

Тема 1:

Разработать перечень элементов управленческой деятельности, входящих в профессиональные обязанности бакалавра адаптивной физической культуры.

Тема 2:

Проанализировать источник информации и выявить в нем наличие различных видов управленческой информации.

Тема 3:

Составить классификатор конкретных функций менеджмента, характерных для управления развитием физической культурой и спортом в различных физкультурно-спортивных организациях.

Тема 4:

Определить факторы, влияющие на процесс принятия решения.

Тема 5:

Разработать проект устава (учредительного договора) по созданию физкультурно-спортивных организаций различных организационно-правовых форм.

Тема 6:

Разработать проект устава клуба адаптивной физической культуры.

Тема 7:

Разработать сценарий массового физкультурно-спортивного мероприятия.

Тема 8:

Определить особенности аттестация и присвоение квалификационных категорий бакалавров адаптивной физической культуры.

Примерная тематика рефератов

Система подготовки, повышения квалификации и переподготовки бакалавров адаптивной физической культуры.

Перечень вопросов к зачету

1. Понятие «управление» и «менеджмент» в адаптивной физической культуре.
2. Характеристики предмета менеджмента в адаптивной физической культуре.
3. Менеджмент как составная часть труда работников физкультурно-спортивных организаций.
4. Характерные черты и стадии менеджмента адаптивной физической культуры.
5. Законы менеджмента в адаптивной физической культуре.
6. Содержание понятий «предпринимательство», «бизнес», «предпринимательская структура».
7. Информация как предмет, средство и продукт труда менеджера адаптивной физической культуры.
8. Содержание информационного обеспечения менеджмента в адаптивной физической культуре.
9. Информатизация адаптивной физической культуры.
10. Информационное обеспечение процесса управления.
11. Понятие «документ» и его функции.
12. Классификация документов.
13. Документооборот.
14. Понятие «система» управления (менеджмента) и её элементы.
15. Цели и функции менеджмента в адаптивной физической культуре.
16. Принципы менеджмента в адаптивной физической культуре.
17. Методы менеджмента в адаптивной физической культуре.
18. Функциональные разновидности менеджмента в адаптивной физической культуре.
19. Сущность управленческих решений и их классификация.
20. Процесс разработки управленческих решений.
21. Факторы, влияющие на процесс принятия решений.
22. Модели принятия решений.
23. Методы принятия решений.
24. Требования к качеству управленческих решений.
25. Физкультурно-спортивная система как открытая система: сущность и классификация.
26. Организационно-правовые формы физкультурно-спортивных организаций.
27. Структура менеджмента физкультурно-спортивной организации.
28. Учредительные документы физкультурно-спортивной организации.

29. Общая характеристика технологии создания физкультурно-спортивной организации.
30. Государственные органы управления физической культурой и спортом – их компетенция и структура управления.
31. Общественные органы управления адаптивной физической культурой – их компетенция и структура управления.
32. Понятие «спортивные соревнования», их классификация, функции и принципы.
33. Судейская коллегия – менеджмент соревнования.
34. Массовые физкультурно-спортивные мероприятия.
35. Организация массового спортивного мероприятия.
36. Многоуровневая система подготовки бакалавра адаптивной физической культуры.
37. Общая структура педагогической деятельности бакалавра адаптивной физической культуры.
38. Повышение квалификации и переподготовка бакалавра адаптивной физической культуры.
39. Тарифно-квалификационные требования по должностям работников адаптивной физической культуры.
40. Аттестация и присвоение квалификационных категорий.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Наименование темы	Всего	Лекции	Семинары	С/Р
1.	Менеджмент адаптивной физической культуры как учебная и научная дисциплина	10	2	2	6
2.	Информационное обеспечение менеджмента адаптивной физической культуры	10	2	2 К.р.1	6
3.	Менеджмент в адаптивной физической культуре как система	10	2	2	6
4.	Управленческое решение как системный инструмент менеджмента в адаптивной физической культуре	10	2	2	6
5.	Физкультурно-спортивная организация как открытая система	10	2	2	6
6.	Органы управления адаптивной физической культурой	10	2	2 к.р.2	6
7.	Планирование и организация проведения спортивного соревнования и физкультурно-спортивного мероприятия	6	2	-	4
8.	Система подготовки, повышения квалификации и переподготовки бакалавров адаптивной физической культуры	6	-	-	6
	Итого	72	14	12	46

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачетом в соответствии с объёмными требованиями. Зачет проводится в форме ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ***Рекомендуемая литература (основная)***

- 1.Зубарев, Ю.А. Менеджмент, маркетинг и экономика физической культуры и спорта : учеб. пособие / Ю.А. Зубарев, А.И. Шамардин. - 4-е изд., стер. - Волгоград : Волгоградское научное издательство, 2010. - 408 с.
- 2.Менеджмент и экономика физической культуры : учеб. пособие для студ. вузов / М.И. Золотов, В.В. Кузин, М.Е. Кутепов [и др.]. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2004. - 432с.
- 3.Переверзин, И.И. Искусство спортивного менеджмента / И.И. Переверзин. - М. : Советский спорт, 2004. - 416с.
- 4.Побыванец, В.С. Спортивный менеджмент : учеб. пособие / В.С. Побыванец, С.И. Изаак. - М. : Физическая культура, 2009. - 144 с.
- 5.Починкин, А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта : учеб. пособие / А.В. Починкин. - Малаховка : МГАФК, 2005. - 132 с.: 120-00.
- 6.Починкин, А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта : учеб. пособие / А.В. Починкин. - 2-е изд., доп. и перераб. - М. : Советский спорт, 2010. - 264 с.
- 7.Починкин, А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта : учеб. пособие / А.В. Починкин. - 3-е изд. - М. : Советский спорт, 2013. - 264 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

- 1.Голова, О.Б. Менеджмент туризма: практический курс : учебно-метод. пособие / О.Б. Голова. - М. : Финансы и кредит, 2007. - 224 с.
- 2.Зуев, В.Н. Менеджмент и менеджеры отечественной сферы физической культуры и спорта : учеб. пособие / В.Н. Зуев. - М. : Физическая культура, 2006. - 400с.
3. Томич, М. Основы менеджмента в спорте / М. Томич. - М. : МАФСИ, 2005. - 352с.

3.57. **(а)** Рабочая программа дисциплины «Менеджмент в физической культуре и спорте» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Богданова Светлана Вячеславовна, к.п.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Цель изучения дисциплины – овладение студентами научными основами теории социального управления физкультурными и спортивными организациями физической культуры России в условиях рыночной экономики.

Задачи дисциплины

Основные задачи изучения дисциплины заключаются:

в формировании первичных управленческих понятий, необходимых для эффективного изучения других гуманитарных и социально-экономических дисциплин; собственного управленческого мировоззрения и управленческой культуры; способности принимать правильные, эффективные управленческие решения в своей профессиональной деятельности; навыков и умений обобщения и использования информации о достижениях в области отраслевого управления; способности ориентироваться в современной системе органов управления физической культурой в России; в овладении знаниями о современных методах управления и технологии управленческого труда в организациях физкультурно-спортивной направленности; технологией подготовки и принятия управленческих решений, а также организации их выполнения.

Место дисциплины в профессиональной подготовке выпускника

Дисциплина по выбору «Менеджмент в физической культуре и спорте» (альтернатива) относится к вариативной части профессионального цикла (Б 3.2.) и предназначена для студентов 4 курса 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Особенностью изучения дисциплины «Менеджмент в физической культуре и спорте» в процессе профессионального образования бакалавра адаптивной физической культуры является ознакомление с основными положениями управленческой науки и организационными основами физической культуры, в соответствии с Конституцией РФ, законами РФ и нормативными документами органов управления физической культурой и спортом и образованием, нормативно-правовыми актами в сфере физической культуры и спорта и образования.

Изучение основ данной дисциплины и получаемые при этом знания дополняются и углубляются при изучении студентами других учебных дисциплин, таких как «Теория и организация адаптивной физической культуры», «Теория и методика физической культуры».

Учебная работа (26 часов) проводится в виде аудиторных занятий. В процессе лекционных и семинарских занятий, самостоятельной работы студенты знакомятся с планированием развития физической культуры на местном, региональном и федеральном уровнях; с деятельностью государственных и общественных органов управления в сфере физической культуры и спорта и первичных организаций физкультурно-спортивной направленности; с организацией и проведением физкультурно-массовых и спортивных мероприятий; с основными характеристиками и функциями менеджмента в физической культуре.

Лекции читаются с использованием мультимедийного оборудования, на семинарских занятиях студенты осуществляют структурирование изученного материала, при применении активных методов обучения.

Внеаудиторная работа (46 часов) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы и интернета.

Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ОК-6, ОК- 7, ОК-8, ОК-9, ОК-10, ОК -11, ОК-15, ОК-16, ПК -1, ПК -42, ПК -45.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

принципы и методы организации и управления малыми коллективами;

свои права и обязанности как гражданина своей страны;

сущность и значение информации в развитии современного информационного общества, опасности и угрозы, возникающие в этом процессе, основные требования информационной безопасности, в том числе защиты государственной тайны;

закономерности, функции, принципы, средства и методы отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры, их роли и места в общей системе физической культуры;

методику планирования работы в первичных структурных подразделениях;

документы государственных и общественных органов управления в сфере адаптивной физической культуры;

уметь:

находить организационно-управленческие решения вне стандартных ситуациях и готов нести за них ответственность;

использовать Гражданский кодекс Российской Федерации, другие нормативно-правовые документы в своей деятельности;

работать с компьютером как средством управления информацией;

наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков;

овладеть:

культурой мышления, способностью к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей ее достижения

готовностью к взаимодействию (кооперации) с коллегами, работе в коллективе;

стремлением к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства;

готовностью критически оценивать свои достоинства и недостатки;

осознанием социальной значимости своей будущей профессии и высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности;

готовностью обеспечивать подготовку и работу необходимого оборудования и организовывать судейство соревнования по различным видам адаптивного спорта;

практическим использованием документов государственных и общественных органов управления в сфере адаптивной физической культуры.

Материально-техническое обеспечение

Для обеспечения данной дисциплины необходимы аудитории, оборудованные техническими средствами обучения: проектор, экран, ноутбук, интернет, компьютерные классы.

Перечень заданий для самостоятельной работы

Тема 1:

Разработать перечень элементов управленческой деятельности, входящих в профессиональные обязанности специалистов физической культуры и спорта.

Тема 2:

Проанализировать источник информации и выявить в нем наличие различных видов управленческой информации.

Тема 3:

Проанализировать закон Псковской области «о физической культуре и спорте» и установить его взаимосвязь с федеральным законом «О физической культуре и спорте в РФ».

Тема 4:

Составить классификатор конкретных функций менеджмента, характерных для управления развитием физической культурой и спортом в различных физкультурно-спортивных организациях и образовательных учреждениях.

Тема 5:

Определить факторы, влияющие на процесс принятия решения.

Тема 6:

Разработать проект устава (учредительного договора) по созданию физкультурно-спортивных организаций различных организационно-правовых форм.

Тема 7:

Разработать проект устава клуба физической культуры и спорта образовательного учреждения.

Тема 8:

Разработать сценарий массового физкультурно-спортивного мероприятия.

Тема 9:

Определить структуру педагогической деятельности специалистов физической культуры и спорта.

Перечень вопросов к зачету

1. Понятие «управление» и «менеджмент» в физической культуре и спорте: общее и особенное.
2. Предмет менеджмента в физической культуре и спорте.
3. Менеджмент как составная часть работников физкультурно-спортивных организаций.
4. Характерные черты и стадии менеджмента.
5. Законы и закономерности менеджмента.
6. Содержание понятий «предпринимательство», «бизнес», «предпринимательская структура».
7. Информация, как предмет, средство и продукт труда менеджера.
8. Содержание информационного обеспечения менеджмента в физической культуре и спорте.
9. Информатизация физической культуры и спорта: концептуальные положения.
10. Информационное обеспечение процесса управления.
11. Понятие документ и его функции, классификация документов.
12. Документооборот: понятия и структура продвижения документов.
13. Современная система нормативно-правовых актов по управлению физической культурой и спортом.
14. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» как основа управления отраслью.
15. Региональное законодательство о физической культуре и спорте.
16. Понятие «система» управления (менеджмента) и её элементы.
17. Цели, виды и функции менеджмента физической культуры и спорта.
18. Принципы менеджмента физической культуры и спорта.
19. Методы менеджмента физической культуры и спорта.
20. Функциональные разновидности менеджмента физической культуры и спорта.
21. Сущность управленческих решений и их классификация.
22. Процесс разработки управленческих решений.
23. Факторы, влияющие на процесс принятия решений.
24. Модели принятия решений.
25. Методы принятия решений.
26. Требования к качеству управленческих решений.
27. Физкультурно-спортивная организация как открытая система: сущность и система.
28. Организационно-правовые формы физкультурно-спортивных организаций.
29. Структура менеджмента физкультурно-спортивных организаций.

30. Учредительные документы физкультурно-спортивных организаций.
31. Общая характеристика технологий создания физкультурно-спортивных организаций.
32. Процедура выбора организационно-правовой формы физкультурно-спортивной организации.
33. Процедура институционализации физкультурно-спортивных организаций.
34. Процедура лицензирования: деятельности физкультурно-спортивных организаций.
35. Государственные органы управления физической культуры и спорта: компетенция, структура управления.
36. Олимпийский комитет России: компетенция, задачи, структура управления.
37. Общественные, общественно-государственные, физкультурно-спортивные общества: компетенция, структура управления.
38. Физкультурно-спортивные организации образовательных учреждений.
39. Учреждения дополнительного образования детей в сфере физической культуры и спорта.
40. Понятие «спортивного соревнования», их классификация, функции, принципы.
41. Судейская коллегия — менеджмент соревнования.
42. Массовые физкультурно-спортивные мероприятия.
43. Организация массового спортивного мероприятия.
44. Многоуровневая система подготовки специалистов физической культуры и спорта.
45. Общая структура педагогической деятельности.
46. Повышение квалификации и переподготовка специалистов по физической культуре и спорту.
47. Тарифно-квалификационные требования по должностям работников физической культуры и спорта.
48. Аттестация и присвоение квалификационных категорий.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Наименование темы	Всего	Лекции	Семинары	С/Р
1.	Менеджмент в сфере физической культуры и спорта как учебная и научная дисциплина	6	2	2	4
2.	Информационное обеспечение менеджмента в сфере физической культуры и спорта	6	2	2	4
3.	Правовые основы менеджмента в сфере физической культуры и спорта	4	2	2 к.р.1	4
4.	Менеджмент в физической культуре и спорте как система	8	2	-	6
5.	Управленческое решение как системный инструмент менеджмента в физической культуре и спорте	6	1	-	6
6.	Физкультурно-спортивная организация как открытая система	6	1	2	4
7.	Органы управления физической культурой и спортом	6	2	2 к.р.2	6
8.	Планирование и организация проведения спортивного соревнования и физкультурно-спортивного мероприятия	6	-	2	6

9	Система подготовки, повышения квалификации и переподготовки бакалавров физической культуры и спорта	6	2	-	6
	Итого	72	14	12	46

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачетом в соответствии с объёмными требованиями. Зачет проводится в форме ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1.Зубарев, Ю.А. Менеджмент, маркетинг и экономика физической культуры и спорта : учеб. пособие / Ю.А. Зубарев, А.И. Шамардин. - 4-е изд., стер. - Волгоград : Волгоградское научное издательство, 2010. - 408 с.

2.Менеджмент и экономика физической культуры : учеб. пособие для студ. вузов / М.И. Золотов, В.В. Кузин, М.Е. Кутепов [и др.]. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2004. - 432с.

3.Переверзин, И.И. Искусство спортивного менеджмента / И.И. Переверзин. - М. : Советский спорт, 2004. - 416с.

4.Побыванец, В.С. Спортивный менеджмент : учеб. пособие / В.С. Побыванец, С.И. Изаак. - М. : Физическая культура, 2009. - 144 с.

5.Починкин, А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта : учеб. пособие / А.В. Починкин. - Малаховка : МГАФК, 2005. - 132 с.: 120-00.

6.Починкин, А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта : учеб. пособие / А.В. Починкин. - 2-е изд., доп. и перераб. - М. : Советский спорт, 2010. - 264 с.

7.Починкин, А.В.Менеджмент в сфере физической культуры и спорта : учеб. пособие / А.В. Починкин. - 3-е изд. - М. : Советский спорт, 2013. - 264 с.

8. Томич, М. Основы менеджмента в спорте / М. Томич. - М. : МАФСИ, 2005. - 352с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1.Голова, О.Б. Менеджмент туризма: практический курс : учебно-метод. пособие / О.Б. Голова. - М. : Финансы и кредит, 2007. - 224 с.

2.Зуев, В.Н. Менеджмент и менеджеры отечественной сферы физической культуры и спорта : учеб. пособие / В.Н. Зуев. - М. : Физическая культура, 2006. - 400с.

3. Томич, М. Основы менеджмента в спорте / М. Томич. - М.: МАФСИ, 2005. -352с.

3.58. Рабочая программа дисциплины «Биоритмология» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Преподаватель-стажер-Федорова Юлия Владимировна

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основная цель дисциплины «Биоритмология» - ознакомить будущих бакалавров по адаптивной физической культуре с временными закономерностями здоровья и жизни людей в зависимости от ритмов окружающей природы, биосферы и космоса в целом. Показать, что вся жизнь на Земле, от клетки до биосферы, подчинена определенным ритмам. Обеспечить обучающихся необходимой информацией для формирования собственных стратегий и технологий сохранения и укрепления здоровья, связанных с биоритмами.

Задачи дисциплины

- Изучить различные ритмы живой и неживой природы;
- привить умения и навыки учета и использования индивидуальной биоритмовой структуры организма при планировании и контроле педагогического процесса в физической культуре и спорте;
- формировать у учащихся интерес к живой природе через поисковую и творческую деятельность;
- развить умение практико-ориентировочной деятельности в конкретной ситуации, что поможет в повседневной жизни, а возможно и в будущей профессии;
- помочь овладеть методиками самоисследования и правильного планирования рабочего дня и тренировочного процесса.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина по выбору «Биоритмология» относится к вариативной части профессионального учебного цикла Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебная дисциплина «Биоритмология» изучается на втором курсе при очной форме обучения.

Учебная работа (41 час) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий являются лекции и практические занятия. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях должна быть обеспечена возможность овладения студентами практическими навыками учебно-исследовательской работы, оценки состояния здоровья, подбора средств по выполнению работы, тренировочного и соревновательного процесса, используя необходимые адаптационные механизмы. Внеаудиторная работа (4 часа) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ОК-10, ПК-10.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- природные ритмы, их значение для организма спортсмена;
- каким образом знания биоритмов позволяет повысить сопротивляемость к стрессам;

уметь:

- развивать навыки самоисследования, отбирать необходимый для занятий дополнительный материал;
- применять знания о биоритмах человека для решения задач специалиста физической культуры и спорта;
- применять знания по биоритмологии для ведения и пропаганды здорового образа жизни;

овладеть:

- основными способами чтения биоритмологических карт;
- способами обеспечения условий для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных критическими точками биоритмов и их отрицательным значением.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Суточные ритмы кардио-респираторной системы.
2. Суточные ритмы нейро-эндокринной системы.
3. Биоритмы и работоспособность.
4. Построение тренировочного процесса с учетом биоритмов человека.
5. Влияние стрессовых факторов на биологические ритмы.
6. Понятие о хронотипе. Утренний, вечерний, недифференцированный типы. Учет хронотипа при организации режима труда и отдыха.
7. Сезонные ритмы физиологических функций. Десинхроноз.
8. Хронотип и спортивная тренировка.
9. Биологические ритмы и сон. Нарушение сна и их профилактика при занятиях спортивными тренировками.

Перечень вопросов к зачету

1. Биоритмология как наука. Цели и задачи биоритмологии.
2. История биоритмологии.
3. Значение биоритмов, их классификация.
4. Высокочастотные ритмы и их значение.
5. Ритмы средних частот и их значение.
6. Ритмы низких частот и их значение.
7. Фотопериод и фотопериодизм.
8. Характеристики биоритмов: мезор, период, амплитуда, фаза, частота.
9. Адаптационная перестройка биологических ритмов.
10. Десинхроноз. Симптомы десинхроноза.
11. Три биоритма.
12. Комбинации биоритмов.
13. Характеристика дней.
14. Влияние биоритмов на совместимость.
15. Биоритмы органов и систем.
16. Теория трех ритмов.
17. Влияние биоритмов на работоспособность.
18. Характерные признаки людей «жаворонков». Характерные признаки людей «сов». Характерные признаки людей «голубей».
19. Длительность и динамика физического ритма. Длительность и динамика эмоционального ритма.
20. Длительность и динамика интеллектуального ритма. Значение критических дней для каждого биоритма.
21. Правильное планирование работы в неделю. Ведущий фактор в недельных ритмах.
22. Динамика работоспособности человека. Нарушение циркадных ритмов.
23. Постоянный уровень физического биоритма. Переходный период у биоритмов.
24. Кривая показателей биоритмов. Хронограмма или фазовая карта биоритма.
25. Стационарный режим биоритмов. Образование синусоиды физического ритма.

26. «Магический» биоритм, продолжительность. Биоритм «восстановления», длительность.
27. Тренировочный микроцикл, длительность. Нагрузка в первый, второй, третий день микроцикла.
28. Длительность и динамика эмоционального, физического и интеллектуального биоритмов. Суточные ритмы кардио-респираторной системы.
29. Суточные ритмы нейро-эндокринной системы.
30. Биоритмы и работоспособность.
31. Построение тренировочного процесса с учетом биоритмов человека.
32. Влияние стрессовых факторов на биологические ритмы.
33. Понятие о хронотипе. Утренний, вечерний, недифференцированный типы. Учет хронотипа при организации режима труда и отдыха.
34. Сезонные ритмы физиологических функций. Десинхроноз.
35. Хронотип и спортивная тренировка.
36. Биологические ритмы и сон. Нарушение сна и их профилактика при занятиях спортивными тренировками.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Название разделов и тем	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
Второй	Тема 1. Введение в биоритмологию	2	2	4	-
Второй	• Тема 2. Характеристики биоритмов	2	2	6	20
Второй	• Тема 3. Комбинации биоритмов	2	2	6	-
Второй	Тема 4. Теория трех ритмов	2	2	4	20
Второй	Тема 5. Три биоритма	2	2	2	-
	Итого:	72	10	22	40

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на втором курсе в первом семестре завершается зачетом. Итоговый контроль (зачет) проводится в форме ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Батуев А.С. Физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем: Учебник для вузов.-3-е изд.-СПб.: Питер, 2012.
2. Бучацкая И.Н., Рудометкина Г.Н. Практикум: Учеб. пособие / И.Н. Бучацкая, Г.Н. Рудометкина. – Великие Луки, 2011.
3. Бароненко В.А. Здоровье и физическая культура студента: учеб. пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт.- 2-е изд., перераб. – М.:Альфа-М: ИНФРА-М, 2010.
4. Шапошникова В.И. Хронобиология и спорт: монография / В.И. Шапошникова, В.А. Таймазов. – М.: Советский спорт, 2005.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: общая теория и практические приложения / В.Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2005.
2. Мелешкова Н.А., Дубчак В.А., Лежнина И.В. Валеология. Практикум по дисциплине - Кемерово: КузГТУ, 2004.- 134 с.
3. Макарова Г.А. Спортивная медицина / Г.А. Макарова. – М.: Советский спорт, 2003.

3.58. **(а)** Рабочая программа дисциплины «Предупреждение и преодоление критических ситуаций» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Преподаватель - Федорова Юлия Владимировна

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основная цель дисциплины «Предупреждение и преодоление критических ситуаций» - ознакомить будущих бакалавров по адаптивной физической культуре с временными закономерностями здоровья и жизни людей в зависимости от ритмов окружающей природы, биосферы и космоса в целом. Показать, что вся жизнь на Земле, от клетки до биосферы, подчинена определенным ритмам. Обеспечить обучающихся необходимой информацией для формирования собственных стратегий и технологий сохранения и укрепления здоровья, связанных с биоритмами.

Задачи дисциплины

- Изучить различные ритмы живой и неживой природы;
- привить умения и навыки учета и использования индивидуальной биоритмической структуры организма при планировании и контроле педагогического процесса в физической культуре и спорте;
- формировать у учащихся интерес к живой природе через поисковую и творческую деятельность;
- развить умение практико-ориентировочной деятельности в конкретной ситуации, что поможет в повседневной жизни, а возможно и в будущей профессии;
- помочь овладеть методиками самоисследования и правильного планирования рабочего дня и тренировочного процесса.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Курс по выбору «Предупреждение и преодоление критических ситуаций» (альтернатива) относится к вариативной части профессионального цикла ООП бакалавриата по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебная дисциплина «Предупреждение и преодоление критических ситуаций» изучается на втором курсе при очной форме обучения.

Учебная работа (41 час) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий являются лекции и практические занятия. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях должна быть обеспечена возможность овладения студентами практическими навыками учебно-исследовательской работы, оценки состояния здоровья, подбора средств по выполнению работы, тренировочного и соревновательного процесса, используя необходимые адаптационные механизмы. Внеаудиторная работа (4 часа) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-4, ОК-10, ПК-10.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- природные ритмы, их значение для организма спортсмена;
- каким образом знания биоритмов позволяет повысить сопротивляемость к стрессам;

уметь:

- развивать навыки самоисследования, отбирать необходимый для занятий дополнительный материал;
- применять знания о биоритмах человека для решения задач специалиста физической культуры и спорта;
- применять знания по биоритмологии для ведения и пропаганды здорового образа жизни;

овладеть:

- основными способами чтения биоритмологических карт;
- способами обеспечения условий для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных критическими точками биоритмов и их отрицательным значением.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебных занятий:

- для проведения лекционных занятий – специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Суточные ритмы кардио-респираторной системы.
2. Суточные ритмы нейро-эндокринной системы.
3. Биоритмы и работоспособность.
4. Построение тренировочного процесса с учетом биоритмов человека.
5. Влияние стрессовых факторов на биологические ритмы.
6. Понятие о хронотипе. Утренний, вечерний, недифференцированный типы. Учет хронотипа при организации режима труда и отдыха.
7. Сезонные ритмы физиологических функций. Десинхроноз.
8. Хронотип и спортивная тренировка.
9. Биологические ритмы и сон. Нарушение сна и их профилактика при занятиях спортивными тренировками.

Перечень вопросов к зачету

1. Биоритмология как наука. Цели и задачи биоритмологии.
2. История биоритмологии.
3. Значение биоритмов, их классификация.
4. Высокочастотные ритмы и их значение.
5. Ритмы средних частот и их значение.
6. Ритмы низких частот и их значение.
7. Фотопериод и фотопериодизм.
8. Характеристики биоритмов: мезор, период, амплитуда, фаза, частота.
9. Адаптационная перестройка биологических ритмов.
10. Десинхроноз. Симптомы десинхроноза.
11. Три биоритма.
12. Комбинации биоритмов.
13. Характеристика дней.
14. Влияние биоритмов на совместимость.
15. Биоритмы органов и систем.
16. Теория трех ритмов.
17. Влияние биоритмов на работоспособность.
18. Характерные признаки людей «жаворонков». Характерные признаки людей «сов». Характерные признаки людей «голубей».
19. Длительность и динамика физического ритма. Длительность и динамика эмоционального ритма.
20. Длительность и динамика интеллектуального ритма. Значение критических дней для каждого биоритма.

21. Правильное планирование работы в неделю. Ведущий фактор в недельных ритмах.
22. Динамика работоспособности человека. Нарушение циркадных ритмов.
23. Постоянный уровень физического биоритма. Переходный период у биоритмов.
24. Кривая показателей биоритмов. Хронограмма или фазовая карта биоритма.
25. Стационарный режим биоритмов. Образование синусоиды физического ритма.
26. «Магический» биоритм, продолжительность. Биоритм «восстановления», длительность.
27. Тренировочный микроцикл, длительность. Нагрузка в первый, второй, третий день микроцикла.
28. Длительность и динамика эмоционального, физического и интеллектуального биоритмов. Суточные ритмы кардио-респираторной системы.
29. Суточные ритмы нейро-эндокринной системы.
30. Биоритмы и работоспособность.
31. Построение тренировочного процесса с учетом биоритмов человека.
32. Влияние стрессовых факторов на биологические ритмы.
33. Понятие о хронотипе. Утренний, вечерний, недифференцированный типы. Учет хронотипа при организации режима труда и отдыха.
34. Сезонные ритмы физиологических функций. Десинхроноз.
35. Хронотип и спортивная тренировка.
36. Биологические ритмы и сон. Нарушение сна и их профилактика при занятиях спортивными тренировками.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Название разделов и тем	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
Второй	Тема 1. Введение в биоритмологию	2	2	4	-
Второй	• Тема 2. Характеристики биоритмов	2	2	6	20
Второй	• Тема 3. Комбинации биоритмов	2	2	6	-
Второй	Тема 4. Теория трех ритмов	2	2	4	20
Второй	Тема 5. Три биоритма	2	2	2	-
	Итого:	72	10	22	40

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на втором курсе в первом семестре завершается зачетом. Итоговый контроль (зачет) проводится в форме ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Батуев А.С. Физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем: Учебник для вузов.-3-е изд.-СПб.: Питер, 2012.- 320 с.
2. Бучацкая И.Н., Рудометкина Г.Н. Практикум по дисциплине система гигиенического обеспечения подготовки спортсменов: Учеб. пособие / И.Н. Бучацкая, Г.Н. Рудометкина. – Великие Луки, 2011.-168 с.
3. Бароненко В.А. Здоровье и физическая культура студента: учеб. пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт.- 2-е изд., перераб. – М.:Альфа-М: ИНФРА-М, 2010.-336 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: общая теория и практические приложения / В.Н. Платонов. – М.: Советский спорт, 2005. -820 с.
2. Шапошникова В.И. Хронобиология и спорт: монография / В.И. Шапошникова, В.А. Таймазов. – М.: Советский спорт, 2005. – 180 с.

3. Мелешкова Н.А., Дубчак В.А., Лежнина И.В. Валеология. Практикум по дисциплине - Кемерово: КузГТУ, 2004.- 134 с.

3.59. Рабочая программа дисциплины «Здоровый образ жизни» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Прянишникова Ольга Альфонсовна, к.б.н., доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основная цель дисциплины «Здоровый образ жизни» - выработать у будущих бакалавров по адаптивной физической культуре сознательное отношение к своему здоровью и способствовать приобщению к здоровому образу жизни различных слоев населения. Сформировать систему знаний о психическом, социальном, общественном и репродуктивном здоровье. Раскрыть понятие здоровый образ жизни и факторы его составляющие – понятие о двигательной активности, рациональном питании, рациональной организации жизнедеятельности, закаливании организма и отказе от вредных привычек. Базируясь на медико-биологических дисциплинах (биологии, анатомии, морфологии, физиологии, биохимии и других) «Здоровый образ жизни» является прикладной дисциплиной, направленной на профессиональную подготовку бакалавров по адаптивной физической культуре.

Задачи дисциплины

Основные задачи изучения дисциплины заключаются в формировании:

- положительной мотивации сохранения и укрепления собственного здоровья;
- знаний о сущности и значении здоровья человека;
- знаний о доступных способах оценки психического, социального и общественного здоровья;
- системы знаний о влиянии экологических факторов на здоровье человека;
- знаний о влиянии на здоровье человека вредных привычек и выработке негативного отношения к ним;
- потребности в здоровом образе жизни и определение основных его составляющих;

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Курс по выбору «Здоровый образ жизни» относится к дисциплинам по выбору вариативной части профессионального цикла Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебная дисциплина «Здоровый образ жизни» изучается на первом курсе при очной форме обучения.

Учебная работа (144 часа) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий являются лекции и практические занятия. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях должна быть обеспечена возможность овладения студентами практическими навыками учебно-исследовательской работы, оценки состояния здоровья, подбора средств по профилактике заболеваний. Внеаудиторная работа (72 часа) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-9, ОК- 19, ПК-6, ПК-14, ПК-15.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- основные закономерности саморазвития личности, характеристики главных условий и фактов, способствующих развитию личности;
- основные понятия экологии;
- цели, задачи и методы профессиональной деятельности специалиста в области экологического образования, основные направления прикладных исследований в области экологического образования;
- основные цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармонического развития личности и укрепления здоровья;
- основные причины и условия возникновения негативного социального поведения (наркомании, алкоголизма, табакокурения, игровой и компьютерной зависимости);

уметь:

- использовать методы психолого-педагогической диагностики для определения потенциальных возможностей саморазвития, психического и социального здоровья;
- анализировать возможности личностного потенциала с целью самосовершенствования;
- использовать способы и приемы воспитания у людей с ограниченными возможностями активного отрицательного отношения к наркомании, табакокурению, алкоголизму, игровой и компьютерной зависимости;

овладеть:

- основными методами психолого-педагогической диагностики потенциальных возможностей личности;
- методами прикладных исследований по проблемам экологического образования;
- основными способами и приемами воспитания у людей с ограниченными возможностями активного отрицательного отношения к наркомании, табакокурению, алкоголизму, игровой и компьютерной зависимости.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебного процесса:

- для проведения лекционных занятий - специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов);
 - для проведения практических занятий - специально оборудованная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов), методики для оценки психического и социального здоровья. **Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы**

1. Факторы современной жизни, в наибольшей мере влияющие на состояние здоровья населения.
2. Механизмы влияния неблагоприятных экологических факторов на здоровье населения: загрязнение воздуха, воды, продуктов питания и др.
3. Источники загрязнения.
4. Социальные факторы (уровень жизни, образования, нестабильность общественной и экономической жизни) и их влияние на состояние здоровья.
5. Механизм влияния на состояние здоровья стрессов, психической напряженности.
6. Пути распространения патогенных факторов в организме – нервный, гуморальный, тканевой пути.
7. Стадии течения болезни и их исходы.
8. Роль учителя в профилактике заболеваний учащихся.
10. Простейшие и вызываемые ими заболевания у человека.
11. Основы эпидемиологии.
12. Наиболее простые средства и методы снятия психического напряжения.
13. Как избежать разрушительного воздействия стресса.

15. Развитие дружеских отношений в онтогенезе.
16. Счастье как воспитать человека счастливым.
18. Стадии любовных взаимоотношений: влюбленность, ухаживание, брак, семейная жизнь.
19. Различные способы, как уйти от внутриличностного конфликта, избежать выбора в сложной ситуации.
20. Ключевые положения, лежащих в основе здорового образа жизни.
21. Структура здорового образа жизни.
22. Мотивы здорового образа жизни у студентов.
23. Изменения в организме под влиянием мышечной деятельности.
24. Эволюционные предпосылки двигательной активности.
25. Методологические предпосылки физической культуры.
26. Влияние физических упражнений на организм человека: оздоровительная ходьба, оздоровительный бег, лыжные прогулки,
27. Водорастворимые витамины их функции, важнейшие источники их содержания, норма для взрослых, симптомы длительного дефицита, токсические эффекты от передозировки.
28. Характеристика питания Весонаблюдателей.
29. Метод питания доктора Аткинса.
30. Метод питания Мишеля Монтиньяка.
31. Рациональная организация жизнедеятельности школьника и студента.
32. Особенности учебной деятельности школьников и студентов.
33. Особенности солнечного закаливания детей.
34. Применение бани в дермотокосметике, педиатрии.
35. Заболевания, наиболее часто встречающиеся у курильщиков и злоупотребляющих алкоголем.

1. Перечень вопросов к зачету

1. Предпосылки возникновения предмета «Здоровый образ жизни». Основные задачи ЗОЖ.
2. Место дисциплины ЗОЖ в системе наук. Взаимосвязь учебной дисциплины «ЗОЖ» с другими науками.
3. Основные понятия предмета ЗОЖ: жизнь, адаптация, генотип, фенотип, здоровье, болезнь и образ жизни.
4. Значение здоровья и подходы к его определению. Модели здоровья.
5. Социальные аспекты здоровья. Здоровье человека как приоритет в деятельности государства, роль государства в обеспечении здоровья граждан.
6. Этапы формирования здоровья. Мотивация и здоровье.
7. Общественное здоровье. Показатели естественного движения населения. Показатели механического движения населения. Показатели инвалидности.
8. Инфекция и инфекционный процесс. Профилактика инфекционных заболеваний.
9. Бактерии и заболевания, вызываемые ими у человека.
10. Вирусы. И их влияние на организм человека.
11. Иммунология. Основные механизмы защиты. Формы проявления иммунитета. Реакции иммунитета и их практическое значение.
12. Эпидемический процесс. Источники и варианты развития эпидемического процесса. Элементы эпидемического очага.
13. Проблемы мониторинга здоровья в России.
14. Физические факторы внешней среды, оказывающие воздействие на здоровье человека.
15. Химические и биологические факторы внешней среды, оказывающие воздействие на здоровье человека.
16. Эмоциональная сфера человека. Достижение эмоционального здоровья (благополучия). Тесты для оценки.
17. Активность, потребность как причина активности личности. Адаптация, возможности и виды адаптации.
18. Стресс и здоровье. Как избежать разрушительного воздействия стресса.

19. Социализация, стадии социализации. Самооценка ее виды и компоненты в структуре самооценки. Конфликт как одна из форм социализации.
20. Дайте характеристику лидера, виды лидеров. Отличительные черты лидера от руководителя.
21. Как влияют чувства на здоровье. Дружба, любовь, счастье и как воспитать человека счастливым.
22. Что такое эмпатия, дайте характеристику уровней и форм эмпатии. Преодоление эгоцентризм и эгоизм у детей и подростков.
23. Здоровый образ жизни – главный фактор здоровья. Мотивация здорового образа жизни. Установка на здоровый образ жизни.
24. Значение двигательной активности для организма. Функции двигательной активности.
25. Изменения в организме под влиянием мышечной деятельности. Эволюционные и методологические предпосылки двигательной активности.
26. Понятие, характеристика, возможности применения средств аква-аэробики и шейпинга в профилактике заболеваний.
27. Понятие, характеристика, возможности применения средств фитбол-гимнастики в профилактике заболеваний.
28. Понятие, характеристика, возможности применения средств Пилатеса в профилактике заболеваний.
29. Оптимальное распределение различных средств и методов оздоровительной тренировки в режиме дня, в неделе.
30. Рациональная организация жизнедеятельности работника умственного труда.
31. Методологические основы рациональной организации жизнедеятельности.
32. Рациональное питание. Правила рационального питания.
33. Углеводы, жиры и белки в питании и их значение в организме человека.
34. Физиологическая потребность человека в минеральных веществах.
35. Витамины их функции, важнейшие источники содержания, норма для взрослых, симптомы длительного дефицита, токсические эффекты от передозировки.
36. Метод раздельного питания. Его основоположники и характеристика метода.
37. Метод питания по группе крови. Особенности питания в зависимости от группы крови.
38. Какое воздействие на организм оказывает баня. Виды бань.
39. Основные принципы закаливания. Закаливание воздухом.
40. Закаливание водой. Водные процедуры: обливание, ванны, душ, моржевание и их влияние на здоровье человека.
41. Закаливание солнцем. Солнечные ванны, искусственное ультрафиолетовое облучение (УФО).
42. Репродуктивное здоровье. Значение репродуктивного здоровья для благополучия личности, общества, государства.
43. Определение и сущность понятий «семья» и «брак» в современной науке и праве. Правовые, экономические и психофизиологические аспекты взаимоотношения полов.
44. Исторические формы брака. Характеристика основных функций семьи. Сущность социально-экономических проблем современной семьи.
45. Наркотические вещества и факторы, влияющие на возникновение наркомании. Общий механизм действия наркотических веществ на организм.
46. Алкоголизм. Отрицательное влияние алкоголя на органы и системы организма. Профилактика алкоголизма. Программы по борьбе с алкоголизмом.
47. Табакокурение. Действие табака на организм. Программы по борьбе с табакокурением.
48. Игровая и компьютерная зависимость и их влияние на здоровье человека.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Название разделов и тем	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	

Раздел 1. Введение. Понятие о здоровье		52	10	16	26
<i>Первый</i>	Тема 1.1. Основные понятия «ЗОЖ». Здоровье населения России	10	2	4	4
<i>Первый</i>	• Тема 1.2. Значение здоровья и подходы к его определению	8	2	2	4
<i>Первый</i>	• Тема 1.3. Психическое здоровье	8	2	2	4
<i>Первый</i>	Тема 1.4. Социальное здоровье	8	2	2	4
<i>Первый</i>	Тема 1.5. Профилактика заболеваний как биологическая и социальная проблема	10	2	2	6
<i>Первый</i>	Тема 1.6. Здоровье и экологическая среда	8	-	4	4
		92	22	24	46
Раздел 2. Здоровый образ жизни.					
<i>Первый</i>	Тема 2. 1. Здоровый образ жизни и факторы его составляющие	8	2	2	4
<i>Первый</i>	Тема 2.2. Значение и функции двигательной активности.	10	4	2	4
<i>Первый</i>	Тема 2.2.1. Нетрадиционные средства реабилитации и восстановления	4		2	2
<i>Первый</i>	Тема 2.3. Рациональное питание. Питание и здоровье	5	1	2	2
<i>Первый</i>	Тема 2.3.1. Различные школы питания	7	1	2	4
<i>Первый</i>	Тема 2.4. Рациональная организация жизнедеятельности	8	2	2	4
<i>Первый</i>	Тема 2.5. Закаливание как средство оздоровления	10	2	2	6
<i>Первый</i>	Тема 2.5.1. Влияние русской бани финской сауны на здоровье человека	6	-	2	4
<i>Первый</i>	Тема 2.6. Репродуктивное здоровье. Брак и семья как составляющие здорового образа жизни	14	4	4	6
<i>Первый</i>	Тема 2.7 Отказ от вредных привычек как одна из составляющих здорового образа жизни	20	6	4	10
Итого:		144	32	40	72

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на первом курсе во втором семестре завершается зачетом. Итоговый контроль зачет проводится в форме ответов на вопросы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная)

1. Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. Здоровье и физическая культура студента/ под ред. В.А. Бароненко: Учеб. Пособие. М.: Альфа – М, 2003. – 352с.
2. Вайнер Э. Н. Валеология: Учебник для вузов. –3-еизд., испр.- М.: Флинта:Наука, 2005. – 416с.
3. Валеология: учебное пособие/Черемисов В.Н.–М.: Флинта: Наука,2004.–128 с.
4. Виноградов П.А., Душанин А.П., Жолдак В.И. Основы физической культуры и здорового образа жизни: Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 1996.-592с.
5. Головченко О.П. Формула здоровья: Учеб.пособие. - Омск: СибГАФК, 2000. - 43с. - Библиогр.С.43.
6. Дубровский В.И. Валеология. Здоровый образ жизни/ Предисл. В.Н. Мошков. – М.: RETORIKA – А: Флинта, 1999. – 560 с.
7. Козырнов Г. Ф. Физическая культура как основа здорового образа жизни студентов и средство борьбы с вредными привычками: Текст лекции/ Г.Ф. Козырное, Е.А. Зайцев. - М., 1989. - 64 с. -Библиогр.С.63-64.

8. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: Учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 320 с.
9. Никифоров Г.С. Психология здоровья. Учебное пособие. – СПб.: Речь, 2002. – 256 с.
10. Физиология человека: Учебник для вузов физ. культуры и факультетов физ. воспитания педагогических вузов/Под общ. Ред. В.И. Тхоревского. – М.: Физкультура, образование и наука, 2001. – 492 с.
11. Физическая реабилитация: Учебник для акад.и ин-тов физ.культ., /под общ.ред. С.Н. Попова. - Ростов-на-Дону: Феникс, 1999. - 608с.
12. Формирования культуры здоровья в условиях современного образования: Монография. - Омск: СибГАФК, 2002. - 268с.
13. Чумаков Б.Н. Валеология: Учеб. Пособие. – 2-е изд. Испр. и доп. – М.: Педагогическое общество России, 1999. – 407 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Формирование здорового образа жизни российских подростков: учеб.-методич. пособие для классных руководителей 5-9 классов/ под ред. Л. В. Баль, С. В. Барканова. - М.: ВЛАДОС, 2002. - 192с.
2. Синягина Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психол. установки и упражнения/ Н.Ю. Синягина, И. В. Кузнецова. - М.: ВЛАДОС, 2004. - 150с.
3. Здоровый образ жизни и профилактика наркомании: учеб.пособие/П.А.Виноградов, А.Т. Паршиков, Н.В. Паршикова. - М.: Советский спорт, 2003. - 120с.
4. Головченко О.П. Формула здоровья: учеб. пособие / О.П. Головченко. - Омск:
5. СибГАФК, 2000. - 43с.
6. Евсеев Ю.И. Физическая культура: учеб. пособие / Ю.И. Евсеев. - 3-е изд. -Ростов н/Д: Феникс, 2004. - 384с.
7. Бароненко В.А. Здоровье и физическая культура студента: учеб. пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - М.: Альфа-М, 2003. – 254с.
8. Здоровый образ жизни или вредные привычки: учеб. пособие / Т.М. Брук, С.А. Кореневский, И. И. Бахрах. - Смоленск, 2003. - 166с.
9. В здоровом теле - здоровый дух: сценарии праздников, конкурсов, вечеров, посвященных здоровому образу жизни / под общ.ред. Р.Ф. Морозова. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2002. - 352 с.
10. Тимушкин А. В. Физическая культура и здоровье: учеб. пособие / А. В. Тимушкин, Н.Н. Чесноков, С. С. Чернов. - М.: СпортАкадемПресс, 2003. - 139с.

3.59. (а) Рабочая программа дисциплины «Туризм в реабилитации и оздоровлении лиц с ограниченными возможностями» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» *по профилю подготовки* - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Прянишникова О.А. к б н, доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основной целью изучения дисциплины по выбору «Туризм в реабилитации и оздоровлении лиц с ограниченными возможностями» является овладение общими принципами и методическими правилами по применению туризма для лечения и реабилитации при травматических повреждениях; получение студентами комплекса знаний и навыков, необходимых в профессиональной деятельности будущим тренерам, преподавателям, бакалаврам в области адаптивной физической культуры, инструкторам-методистам по лечебной физической культуре.

Задачи дисциплины

Ознакомить студентов с основными принципами лечения травматических повреждений и заболеваний, при лечении которых применяются оперативные методы.

Сформировать представления об этиологии, патогенезе и клинической картине травматических повреждений и заболеваний, при лечении которых применяются оперативные методы.

Привить умения и навыки, необходимые для реабилитации больных после применения оперативных методов лечения.

Место дисциплины в профессиональной подготовке выпускника

Курс по выбору «Туризм в реабилитации и оздоровлении лиц с ограниченными возможностями» - альтернатива относится к вариативной части профессионального цикла Федерального государственного образовательного стандарта по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Учебная дисциплина «Туризм в реабилитации и оздоровлении лиц с ограниченными возможностями» изучается на первом курсе при очной форме обучения.

Учебная работа (144 часа) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Основными формами аудиторных занятий являются лекции и практические занятия. На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях должна быть обеспечена возможность овладения студентами практическими навыками учебно-исследовательской работы, оценки состояния здоровья, подбора средств по профилактике заболеваний. Внеаудиторная работа (72 часа) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-9, ОК- 19, ПК-6, ПК-14, ПК-15.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- основные закономерности саморазвития личности, характеристики главных условий и фактов, способствующих развитию личности;
- основные понятия экологии;
- цели, задачи и методы профессиональной деятельности специалиста в области экологического образования, основные направления прикладных исследований в области экологического образования;
- основные цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармонического развития личности и укрепления здоровья;

- основные причины и условия возникновения негативного социального поведения (наркомании, алкоголизма, табакокурения, игровой и компьютерной зависимости);

уметь:

- использовать методы психолого-педагогической диагностики для определения потенциальных возможностей саморазвития, психического и социального здоровья;
- анализировать возможности личностного потенциала с целью самосовершенствования;
- использовать способы и приемы воспитания у людей с ограниченными возможностями активного отрицательного отношения к наркомании, табакокурению, алкоголизму, игровой и компьютерной зависимости;

овладеть:

- основными методами психолого-педагогической диагностики потенциальных возможностей личности;
- методами прикладных исследований по проблемам экологического образования;
- основными способами и приемами воспитания у людей с ограниченными возможностями активного отрицательного отношения к наркомании, табакокурению, алкоголизму, игровой и компьютерной зависимости.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебного процесса:

- для проведения лекционных занятий - специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов);
- для проведения практических занятий - специально оборудованная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками (для демонстрации учебных видеороликов), специально оборудованный зал для проведения занятий по реабилитации, специально оборудованная площадка для проведения занятий по реабилитации, компас.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Туризм в реабилитации и оздоровлении лиц с ограниченными возможностями» содержит разделы:

- Раздел 1. Организационно-методические основы реабилитации.
- Раздел 2. Туризм как средство реабилитации в травматологии.
- Раздел 3. Туризм как средство реабилитации в хирургии.
- Раздел 4. Туризм как средство реабилитации в ортопедии.
- Раздел 5. Туризм как средство реабилитации инвалидов.

Перечень примерных заданий для самостоятельной работы

1. История развития физической реабилитации в мире и в России.
2. Методы лечения переломов (классификация, подробная характеристика каждого метода, их сравнительная характеристика).
3. Физическая реабилитация при травмах кисти и стоп.
4. Физическая реабилитация при травмах суставов у спортсменов (согласно своей специализации).
5. Контрактуры суставов верхнего плечевого пояса и верхних конечностей (понятие, классификация, причины возникновения, особенности методики реабилитации).
6. Контрактуры суставов нижних конечностей (понятие, классификация, причины возникновения, особенности методики реабилитации).
7. Игры при нарушениях осанки, сколиозах и плоскостопии.
8. Физическая реабилитация в послеоперационном периоде по пересадке кожи.

9. Физическая реабилитация при оперативных вмешательствах на крупных сосудах: коарктация, аневризма.
10. Физическая реабилитация при травмах грудной клетки: переломы ребер, гемоторакс, пневмоторакс, ателектаз.
11. Физическая реабилитация при оперативных вмешательствах на органах брюшной полости.
12. Особенности методики занятий физическими упражнениями в группах здоровья с лицами, с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата.
13. Физическая реабилитация инвалидов с нарушениями интеллекта: олигофрения;
14. Физическая реабилитация инвалидов с нарушениями слуха.
15. Физическая реабилитация инвалидов с нарушениями зрения.
16. Средства, методы и формы физического воспитания лиц, с ограниченными возможностями.
17. Организация и проведение занятий оздоровительными видами физической культуры для лиц с ограниченными возможностями.
18. Организация и проведение соревнований для лиц, с ограниченными возможностями.
19. Лечебное плавание в коррекции дефектов осанки и лечении сколиотической болезни.
20. Хореотерапия в реабилитации лиц с нарушениями функций ОДА.
21. Применение трудо-и механотерапии в травматологии.
22. Санаторно-курортное лечение в реабилитации инвалидов.

Перечень вопросов к зачету

1. Туризм как средство реабилитации (история становления; понятие, составляющие комплексной реабилитации, цель, задачи, средства, общие принципы составления реабилитационных программ).
2. Физическая реабилитация как составная часть комплексной реабилитации (понятие, средства, знания и умения специалиста – реабилитолога).
3. Методы оценки функционального состояния больных и инвалидов с целью назначения адекватного комплексного дифференцированного восстановительного лечения и определения эффективности физической реабилитации: специальная диагностика и методы контроля за текущим состоянием больного в процессе реабилитации, диагностическое заключение (реабилитационный диагноз, реабилитационная программа, стратегия реабилитации); исходы реабилитации и оценка степени восстановления.
4. Травмы ОДА (понятие, классификация, симптомы, травматическая болезнь). Недостатки длительного постельного режима и иммобилизации при травмах ОДА.
5. Переломы (понятие, классификация, клинические проявления переломов, методы лечения переломов и их сравнительная характеристика).
6. Общие основы методики реабилитации средствами туризма при переломах (показания и противопоказания к занятиям ЛФК, цель, задачи общего и специального характера, основные средства ЛФК на каждом периоде стационарного этапа).
7. Особенности реабилитации средствами туризма при переломах ключицы.
8. Особенности реабилитации средствами туризма при переломах лопатки.
9. Особенности реабилитации средствами туризма при диафизарном переломе плечевой кости с применением различных методов лечения (метод фиксации, металлоостеосинтез)
10. Особенности реабилитации средствами туризма при диафизарных переломах костей предплечья с применением различных методов лечения (метод фиксации, металлоостеосинтез, аппарат Илизарова)
11. Особенности реабилитации средствами туризма при переломах костей кисти.
12. Реабилитация средствами туризма при переломе лучевой кости в «типичном» месте.
13. Особенности реабилитации средствами туризма при диафизарном переломе бедра с применением различных методов лечения (фиксационный метод, экстензионный метод, остеосинтез).

14. Особенности реабилитации средствами туризма при диафизарных переломах костей голени с применением различных методов лечения (фиксационный метод, экстензионный метод, аппарат Илизарова).
15. Особенности реабилитации средствами туризма при переломах костей стопы.
16. Особенности применения реабилитации средствами туризма при переломах позвоночника в шейном отделе.
17. Особенности применения реабилитации средствами туризма при переломах позвоночника в груднопоясничном отделе.
18. Особенности реабилитации средствами туризма при переломах костей стопы.
19. Основные клинические данные при повреждениях мышц, связок, сухожилий.
20. Реабилитация при внутрисуставном переломе плечевого сустава (причины, виды переломов, лечение, методика).
21. Особенности реабилитации средствами туризма при привычном вывихе плеча (причины, лечение, методика).
22. Реабилитация средствами туризма при травмах локтевого сустава (причины, виды травм, лечение, методика).
23. Реабилитация при повреждениях суставно-связочного аппарата лучезапястного сустава (причины, лечение, методика).
24. Особенности реабилитации средствами туризма при медиальном переломе шейки бедра.
25. Реабилитация при повреждениях связочно-сухожильного аппарата и капсулы коленного сустава (причины, методы лечения, методика реабилитации).
26. Особенности реабилитации средствами туризма при переломе мыщелков бедра и большеберцовой кости (причины, лечение, методика).
27. Особенности реабилитации при повреждениях менисков (причины, лечение, методика).
28. Особенности реабилитации при внутрисуставном переломе голеностопного сустава (причины, лечение, методика).
29. Реабилитация при повреждениях сухожильно-связочного аппарата голеностопного сустава.
30. Восстановление подвижности в суставах – ликвидация контрактур: классификация контрактур, общие принципы лечения контрактур, задачи и методы двухэтапной лечебной программы контрактур.
31. Особенности применения реабилитации средствами туризма при переломе позвоночника в шейном отделе (перелом 1-2 шейных позвонков, 5-6 шейных позвонков).
32. Перелом позвоночника в груднопоясничном отделе. Особенности применения реабилитации средствами туризма.
33. Физическая реабилитация при изолированных переломах костей таза.
34. Реабилитация средствами туризма при разрыве симфиза.
35. Особенности реабилитации средствами туризма при переломе костей тазового кольца типа Мальгёна.
36. Нарушение осанки: понятие, степени нарушения, классификация, клиника, задачи и особенности реабилитации средствами туризма.
37. Сколиоз: понятие, классификации, степени, клиника, задачи и особенности реабилитации средствами туризма.
38. Плоскостопие: понятие, классификация, методы определения плоской стопы, клиника, лечение, задачи и особенности реабилитации средствами туризма.
39. Классификация ожогов. Особенности течения ожоговой болезни. Реабилитация при ожогах различной степени тяжести.
40. Возможные осложнения при хирургических вмешательствах на органах грудной и брюшной полости. Роль реабилитации средствами туризма в системе патогенетической терапии при оперативных методах лечения заболеваний и травм органов грудной и брюшной полости.
41. Реабилитация при плановых операциях на сердце (пороки сердца).

42. Понятие инвалидности. Различные категории инвалидов. Роль реабилитации средствами туризма в системе адаптации лиц, с ограниченными возможностями, к новым условиям жизнедеятельности.
43. Особенности реабилитации лиц, с ограниченными возможностями, после ампутаций верхних конечностей.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

№	Название разделов и тем курса	Всего часов	Аудиторные занятия		Сам. работа
			Лекции	Практические занятия	
1	Раздел 1. Организационно-методические основы реабилитации	10	4	-	6
2	Раздел 2. Физическая реабилитация в травматологии	70	12	24	34
3	Раздел 3. Физическая реабилитация в хирургии	26	6	8	12
4	Раздел 4. Физическая реабилитация в ортопедии	20	6	8	6
5	Раздел 5. Реабилитация инвалидов после перенесенных травм.	18	4	-	14
ИТОГО:		144	32	40	72

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения завершается зачетом в соответствии с объемными требованиями. Итоговый контроль (зачет) проводится в форме ответов на вопросы, задаваемые преподавателем в устной форме.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

Рекомендуемая литература (основная).

1. Лечебная физическая культура : учеб. для студ. вузов / ред. С.Н. Попов. - 7-е изд., стер. - М.: Академия, 2009. - 416 с. - (Высш. проф. образование).
2. Физическая реабилитация : учеб. для студ. вузов / ред. С.Н. Попов. - 4-е изд. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 608 с.
3. Лечебная физическая культура: учебное пособие/В.А. Епифанов. – М.: ГЭОТАР – Медиа, 2006. – 568 с.
4. Физическая реабилитация : учеб. для студ. вузов / ред. С.Н. Попов. - 3-е изд., перераб. и доп. - Ростов н/Д : Феникс, 2005. - 603 с.
5. Лечебная физическая культура: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений / С.Н.Попов, Н.М.Валеев, Т.С.Гарасева и др. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 416 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная).

1. Лечебная физическая культура : учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования / ред. С.Н. Попов. - 8-е изд., испр. - М.: Академия, 2012. - 416 с.
2. Еремушкин, М.А. Основы реабилитации: учеб. пособие для студ. учреждений сред. мед. проф. образования / М.А. Еремушкин. - М. : Академия, 2011. - 208 с.
3. Козырева, О.В. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия : учеб. словарь-справочник / О.В. Козырева, А.А. Иванов. - М.: Советский спорт, 2010. - 280 с.
4. Янгулова, Т.И. Лечебная физкультура: анатомия упражнений / Т.И. Янгулова. - Ростов н/Д : Феникс, 2010. - 175 с.
5. Лечебная физическая культура : учеб. для студ. вузов / ред. С.Н. Попов. - 7-е изд., стер. - М. : Академия, 2009. - 416 с.
6. Стёпкина, М.А. Система диагностических и консервативных лечебных мероприятий при нарушениях осанки и деформации позвоночника у детей и подростков: монография/М.А. Стёпкина, В.К. Федотов, А.П. Шкляренко. – Омск: Издательский дом «ЛЕО», 2009. – 240 с.
7. Цицкишвили, Н.И. «Комплексная физическая реабилитация» / Н.И. Цицкишвили - МГАФК - Малаховка, 2008 г.-22 с.
8. Пархотик, И.И. Физическая реабилитация при травмах верхних конечностей/И.И. Пархотик. – Киев:Олимпийская литература, 2007. – 280 с.
9. Боголюбов, В.М. «Медицинская реабилитация» в 3-х томах / В.М. Боголюбов - Москва-2007 г. I том- 680 с.; II том-632 с.; III том -584с.

10. Ибатов, А.Ю., Пушкина С.В. «Основы реабилитологии» / А.Ю. Ибатов, С.В. Пушкина - ГЭОТАР-Медия, 2007 г.-160 с.
11. Гребова, Л.П. Лечебная физическая культура при нарушениях опорно-двигательного аппарата у детей и подростков : учеб. пособие / Л.П. Гребова. - М. : Академия, 2006. - 176 с.

3.60. Рабочая программа дисциплины «Нетрадиционно-оздоровительные технологии в АФК» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» по профилю подготовки - адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Фёдоров Сергей Александрович

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основная цель дисциплины «Нетрадиционно-оздоровительные технологии в АФК» - освоение студентами знаний, методических и практических умений и навыков в области нетрадиционно-оздоровительных технологий для работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья различных возрастных и нозологических групп.

Задачи дисциплины

Основными задачами изучения дисциплины являются: углубить теоретические знания о здоровье, его развитии в онтогенезе и механизмах оздоравливающего воздействия физических упражнений на организм человека; расширить объем знаний о нетрадиционных, инновационных физкультурно-оздоровительных технологиях, методиках, системах; сформировать навыки контроля и оценки, занимающихся оздоровительной физической культурой; сформировать у студентов самостоятельность и творчество при использовании различных направлений технологий физкультурно-оздоровительной деятельности.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина по выбору «Нетрадиционно-оздоровительные технологии в АФК» относится к вариативной части профессионального цикла. Учебная работа (72 часа) проводится в виде аудиторных и внеаудиторных занятий. Для освоения дисциплины «Нетрадиционно-оздоровительные технологии в АФК» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные на предыдущем уровне образования.

Основными формами аудиторных занятий являются лекции (16 часов) и практические занятия (16 часов). На лекционных занятиях следует излагать наиболее важный теоретический материал, а на практических занятиях необходимо научить студентов применять полученные теоретические знания на практике. Внеаудиторная работа (72 часа) предполагает самостоятельное изучение некоторых разделов дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-8, ОК-14, ПК-3, ПК-4, ПК-14, ПК-15

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- объект, предмет, цель и задачи, основные понятия дисциплины «Нетрадиционные оздоровительные методики и технологии», ее специфику и связь с другими научными дисциплинами;
- историю возникновения оздоровительных методик и технологий и различные подходы к их изучению;
- содержание базовых понятий, средства и методы, теоретические и организационно-практические основы деятельности в области нетрадиционных оздоровительных методик и технологий;

- основы современного научного знания в области нетрадиционных оздоровительных методик и технологий для формирования здорового образа жизни человека и его физического и психического совершенствования;

- специфику нетрадиционных оздоровительных методик, связанных с двигательной активностью, с закаливающим воздействием, с укреплением психического здоровья, методики дыхательной гимнастики;

- технологии применения нетрадиционных оздоровительных методик.

уметь:

- бережно относиться к историческим и культурным традициям разных народов в области нетрадиционных оздоровительных методик и технологий;

- решать задачи, связанные с формированием и обеспечением здоровья обучающихся, в том числе используя нетрадиционные оздоровительные методики и технологии на занятиях по адаптивной физической культуре;

- создавать устойчивую мотивацию на здоровую жизнедеятельность и воспитывать культуру здоровья и здорового образа жизни;

- использовать нетрадиционные оздоровительные методики и технологии с целью восстановления работоспособности, обеспечения активного долголетия.

овладеть:

- историческим наследием и основами современного научного знания в области нетрадиционных оздоровительных методик и технологий;

- нетрадиционными оздоровительными методиками для восстановления работоспособности, обеспечения физического развития и совершенствования;

- навыками разработки программ нетрадиционной оздоровительной тренировки, учитывая морфофункциональные, психологические и возрастные особенности занимающихся.

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

Содержание физкультурно-оздоровительной работы в образовательных учреждениях.

Основы самоконтроля на занятиях оздоровительными упражнениями. Оценка физического развития. Методы оценки. Оценка функциональной подготовленности

Программа Паралимпийского конного спорта.

АПГ в системе школьного физического воспитания.

Спортивные танцы на инвалидных колясках.

Закаливание, как средство профилактики заболеваний дыхательной.

Профилактика нарушения зрения в разных возрастных группах.

История создания и развития «Су-Джок терапии». Области применения метода.

Основные принципы базисной системы соответствия точек на кистях и стопах.

Методика нахождения точек. Способы воздействия на точки и зоны соответствия

Перечень вопросов к зачету

1. Понятие «Оздоровительная технология». Обзор основных оздоровительных систем и технологий.
2. Оздоровительные методы нетрадиционной физической культуры.
3. Основные представления о здоровой личности, основные критерии и составляющие здоровья.
4. Понятие болезнь, предболезнь.
5. Механизмы оздоравливающего воздействия физических упражнений на организм человека.
6. Методические принципы занятий оздоровительной направленности.
7. Понятие анималотерапии. История возникновения.
8. Основные функции и виды анималотерапии.

9. Иппотерапия - метод реабилитации и социальной адаптации. Показания и противопоказания к использованию лечебной верховой езды.
10. Применение иппотерапии для детей с диагнозами ДЦП и аутизм. Методика организации и проведения занятий по лечебной верховой езде. Организация соревнований по выездке среди инвалидов.
11. Применение двигательной пластики в адаптивном физическом воспитании и адаптивной двигательной рекреации. АПГ как новое направление массовой оздоровительной физической культуры.
12. Комплекс АПГ: разминка, фронтальное перемещение, боковое перемещение, круговое перемещение, свободное перемещение.
13. Положения, цели и задачи танцевально-экспрессивного тренинга и его отличия от других теорий танца.
14. Основные методические приемы и техники танцевальной терапии.
15. Дыхательные гимнастики, используемые в АФК. Методика обучению рациональному дыханию.
16. Основной комплекс парадоксальной дыхательной гимнастики (дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой и К.П. Бутейко).
17. Основные причины и виды нарушений зрения.
18. Коррекция близорукости (миопия) по методике Бейтса.
19. Гимнастика для глаз Э. С. Аветисова.
20. Йога и гипокinezия. Программа «Бодифлекс».
21. Основы самоконтроля на занятиях оздоровительными упражнениями. Оценка физического развития.
22. Спортивные танцы на инвалидных колясках.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Название разделов и тем	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
Второй	Тема 1. Нетрадиционно-оздоровительные технологии.	8	2	2	4
Второй	• Тема 1.2 Понятие о здоровье, болезни и предболезни. Научно-теоретические основы оздоровительных упражнений.	10	2	2	6
Второй	• Тема 1.3. Анималотерапия. История возникновения. Виды анималотерапии.	8	2	2	4
Второй	Тема 1.4. Антистрессовая пластическая гимнастика. Физическая культура личности и двигательная пластика индивида.	10	2	2	6
Второй	Тема 1.5. Танцевальная терапия в АФК.	10	2	2	6
Второй	Тема 1.6. Дыхание в коррекции и профилактики заболеваний человека.	8	2	2	4
Второй	Тема 7. Коррекция и профилактика нарушений функций зрительного анализатора.	9	2	2	5
Второй	Тема 8. Оздоровительные упражнения, основанные на сочетании дыхания, движения и статических поз.	9	2	2	5
	Итого:	72	16	16	40

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на втором курсе в четвёртом семестре завершается зачетом. Итоговый контроль (зачет) проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА**Рекомендуемая литература (основная)**

1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: Учебное пособие / Авторы-составители О.Э. Аксенова, С.П. Евсеев / Под ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2004.- 296 с.
2. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура: учеб. Пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности «Физ. Культура» / Артамонова Л.Л., Панфилов О.П., Борисова В.В.; общ. Ред. О.П. Панфилова. – М. : Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС», 2010. 389 с.
3. Валеология: учебное пособие/Черемисов В.Н.–М.: Флинта: Наука,2004.–128 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

4. Козлов В.В, Гиршон А.Е., Веремеенко Н.и. Интегративная танцевально-двигательная терапия. 3-е изд. – Спб.: Речь, 2010. – 286 с.
5. Евсеев Ю.И. Физическая культура: учеб. пособие / Ю.И. Евсеев. - 3-е изд. -Ростов н/Д: Феникс, 2004. - 384с.
6. Тимушкин А. В. Физическая культура и здоровье: учеб. пособие / А. В. Тимушкин, Н.Н. Чесноков, С. С. Чернов. - М.: СпортАкадемПресс, 2003. - 139с.

3.60. **(а)** Рабочая программа дисциплины «Профессионально-ориентированные виды соревновательной деятельности» основной образовательной программы направления подготовки 034400 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» по профилю подготовки – адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника – бакалавр

Форма обучения: очная

Автор-разработчик: Рощина Людмила Васильевна

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Основная цель дисциплины «Профессионально-ориентированные виды соревновательной деятельности» - формирование профессионально-педагогических знаний, методико-практических умений и навыков, необходимых будущему бакалавру для самостоятельной педагогической и организационной работы с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями различных возрастных и нозологических групп в области физкультурно-спортивной и учебно-тренировочной деятельности.

Задачи дисциплины

- Обеспечить освоение студентами базовых профессиональных знаний в области технологий профессионально-ориентированной физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре (АФК);
- сформировать у студентов практические умения и навыки выполнения основных физических упражнений, используемых в различных видах адаптивного спорта;
- сформировать представление о методике проведения занятий по различным профессионально-ориентированным видам спорта в АФК;
- развивать способность к анализу, организации и планированию соревновательной деятельности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями различных возрастных и нозологических групп.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина по выбору «Профессионально-ориентированные виды соревновательной деятельности» (альтернатива) относится к вариативной части профессионального цикла. Особенностью учебного материала по данной дисциплине является то, что он направлен на формирование у будущих бакалавров адаптивной физической культуры методических знаний, умений и навыков, необходимых при обучении двигательным действиям лиц с ограниченными возможностями, развитии и совершенствовании их физических качеств и способностей. Другими словами, будущий бакалавр адаптивной физической культуры должен знать те ощущения, восприятия и представления, которые возникают у лиц с ограниченными возможностями в процессе выполнения двигательных действий. А для этого ему необходимо испытать на себе эти ощущения и восприятия, попытаться «увидеть» движение глазами исполнителя (а не наблюдателя), ощутить и воспринять его как бы «изнутри» этого исполнителя. Именно поэтому имеющиеся у здоровых студентов умения и навыки выполнения двигательных действий, сенсорно-перцептивный опыт в ряде случаев не только недостаточно помогают им сформировать полноценную ориентировочную основу осваиваемого действия у лиц с ограниченными возможностями (движения, сенсорных систем, интеллекта и др.), но и

мешают сделать это, поскольку они используют другой двигательный опыт, отличающийся от опыта людей с отклонениями в состоянии здоровья.

Перечисленные и ряд других причин привели к выводу о необходимости выделения профессионально-ориентированных видов соревновательной деятельности и включения их в содержание образования бакалавров адаптивной физической культуры.

На освоение дисциплины в учебном плане отводится 72 часа: аудиторные занятия – 32 часа, из них 16 часов – лекционные и 16 часов – практические занятия и внеаудиторные занятия – 40 часов. Форма итогового контроля – зачёт в третьем семестре.

Основными формами аудиторных занятий являются лекции (16 часов) и практические занятия (16 часов). На лекционных занятиях преподаватель сообщает основные учебные знания в систематизированном виде, разъясняет наиболее трудные вопросы, выполняя стимулирующую и развивающую функцию. Особенностью проведения практических занятий по данной дисциплине является их творческий характер. Внеаудиторная работа предполагает самостоятельное изучение некоторых тем дисциплины с помощью учебной и научной литературы.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций: ОК-11, ПК-5, ПК-26, ПК-27, ПК-28, ПК-42, ПК-43, ПК-44.

В результате освоения дисциплины студент должен

знать:

- основные понятия и классификацию профессионально-ориентированных видов соревновательной деятельности;
- методики обучения двигательным действиям, развития и совершенствования физических способностей, организации и построения занятий в профессионально-ориентированных видах соревновательной деятельности с занимающимися различных возрастных и нозологических групп;
- особенности реализации конкретного профессионально-ориентированного вида соревновательной деятельности;
- название и назначение спортивных снарядов, инвентаря и оборудования, используемых в профессионально-ориентированных видах соревновательной деятельности;

уметь:

- формулировать задачи, подбирать средства, методы, методические приемы обучения двигательным действиям, развития и совершенствования физических способностей занимающихся, формы организации занятий;
- использовать в своей деятельности спортивные снаряды, инвентарь, технические средства, тренажеры, характерные для конкретных видов адаптивного спорта;
- применять способы физической помощи и страховки, обеспечивать безопасность, профилактику травматизма, психологический комфорт на занятиях;
- проектировать содержание соревновательной деятельности (спортивные праздники, игры, состязания);

овладеть:

средствами, методами, приемами, техническими средствами и тренажерами для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения, воспитания и тренировки лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Материально-техническое обеспечение

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебного процесса:

- для проведения лекционных занятий – специально оборудованная лекционная аудитория с мультимедийным проектором, экраном, ноутбуком, колонками;
- для проведения практических занятий – спортивные снаряды и экипировка для игры в хоккей на полу (специальные «клюшки» и «шайбы»); озвученные мячи в голболе и торболе; набор снарядов для игры в бочиа (кожаные мячи – 6 красных, 6 голубых и 1 белый, конусы, обручи, маркированная лента, измерительная лента, наклонная плоскость); инвалидные коляски; роликовые коньки; средства искусственной депривации и иммобилизации: очки для плавания, стёкла которых заклеены чёрным материалом, или тёмные повязки на глаза, звуконепроницаемые наушники, резиновые бинты.

**Перечень примерных контрольных вопросов и заданий
для самостоятельной работы**

1. Важность творческой активности и эмоционально-ценностных отношений в адаптивной физической культуре.
2. Особенности профессиональной подготовки специалистов по адаптивной физической культуре для работы с незрячими и слабовидящими, с неслышащими и слабослышащими, с имеющими поражения опорно-двигательного аппарата, интеллекта.
3. Игры, входящие в программу соревнований Специальной олимпиады (хоккей на полу). 4. Спортивные игры для незрячих спортсменов – голбол, торбол; правила соревнований по этим играм.
5. Виды спорта для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (игра в бочиа).
6. Виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с применением роликовых коньков и соответствующей экипировки, входящих в программу соревнований для лиц с поражением интеллекта.
7. Способы и средства искусственной депривации и иммобилизации для моделирования условий соревнований и учебно-тренировочной работы
8. Использование специальных технических средств и условий соревновательной деятельности в зависимости от способа моделирования ограничений двигательной деятельности студентов.
9. Виды спорта сурдлимпийского направления.
10. Волонтерская деятельность студентов как важный этап становления профессионального мастера.

Перечень вопросов к зачёту

1. Ориентировочная основа действия и трудности её формирования в адаптивной физической культуре.
2. Формирование эмоционально-ценностных отношений в адаптивной физической культуре.
3. Определение профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности.
4. Классификационные признаки и группы профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности.
5. Классификация профессионально-ориентированных видов двигательной деятельности в зависимости от способов включения студентов в занятия адаптивным спортом.
6. Характеристика группы профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с использованием специального инвентаря и оборудования в видах адаптивного спорта, разработанных для спортсменов-инвалидов.
7. Характеристика группы профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с применением моделирования ограничений двигательной деятельности студентов.

8. Характеристика профессионально-ориентированных видов соревновательной деятельности с участием студентов совместно со спортсменами, имеющими ограниченные возможности, или спортсменами-инвалидами.
9. Спортивные снаряды и экипировка для игры в хоккей на полу, правила игры.
10. Искусственная депривация зрения для моделирования соревновательной деятельности «незрячего» спортсмена в адаптивном спорте.
11. Искусственная депривация слуха для моделирования соревновательной деятельности неслышащих спортсменов в адаптивном спорте.
12. Моделирование соревновательной деятельности с искусственной иммобилизацией суставных движений человека.
13. Моделирование соревновательной или учебно-тренировочной работы с использованием технических средств для передвижения спортсменов-инвалидов.
14. Спортивные игры для незрячих спортсменов – голбол, торбол; правила соревнований по этим играм.
15. Виды спорта для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (игра в бочча).
16. Виды соревновательной и учебно-тренировочной деятельности с применением роликовых коньков и соответствующей экипировки, входящих в программу соревнований для лиц с поражением интеллекта.
17. Условия состязаний и правила соревнований по игре в волейбол сидя.
18. Радиальный баскетбол (питербаскет): варианты игры, перспективы применения в рамках паралимпийского направления.
19. Сущность программы «Объединённый спорт» в рамках Специального олимпийского движения.
20. Понятие «эмпатия» и методы её формирования у студентов, обучающихся по специальности адаптивная физическая культура.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Название темы	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции и	Практические занятия	
<i>Второй</i>	Тема 1. Теоретические предпосылки выделения дисциплины «Профессионально-ориентированные виды соревновательной деятельности» и включения её в содержание образования бакалавров адаптивной физической культуры.	8	2	2	4
<i>Второй</i>	Тема 2. Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов двигательной деятельности в адаптивной физической культуре	18	4	4	10

Тема 3. Характеристика профессионально-ориентированных видов соревновательной и учебно-тренировочной деятельности					
Второй	Тема 3.1. Использование специального оборудования и инвентаря в видах адаптивного спорта, разработанных для спортсменов-инвалидов	16	4	2	10
Второй	Тема 3.2. Моделирование ограничений двигательной деятельности студентов	18	4	4	10
Второй	Тема 3.3. Участие студентов в соревновательной и учебно-тренировочной деятельности совместно со спортсменами, имеющими ограниченные возможности, или спортсменами-инвалидами	12	2	4	6
	Итого:	72	16	16	40

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Курс обучения на втором курсе в третьем семестре завершается зачётом. Итоговый контроль (зачёт) проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: Учебное пособие / Авторы-составители О.Э. Аксёнова, С.П. Евсеев / Под ред. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2004. – 296с.
2. Адаптивный спорт / Ю.А. Брискин, С.П. Евсеев, А.В. Передерий.- М.: Советский спорт, 2010.- 316 с.: ил.- (Серия «спорт без границ»).

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Медико-социальные основы независимой жизни инвалидов: Учебное пособие / В.С. Ткаченко.- М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2010.- 384с.
2. Брискин Ю.А. Тенденции развития спорта инвалидов в системе Международного олимпийского движения // Наука в олимпийском спорте. – 2006.- №1.- С.23-30.
3. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры:учебник / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, В.Г. Суслаев; под ред. проф. С.П. Евсеева.- М.: Советский спорт, 2007.- 308 с.: ил.
4. Платонова, Т.В. Физкультурно-оздоровительные технологии поддержания физического и духовного здоровья [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / Т.В. Платонова; Санкт-Петербургский гос. ун-т физической культуры им. П. Ф. Лесгафта. – Электрон. дан. - СПб.: [б.и.], 2008. - Режим доступа: локальная сеть ВЛГАФК. - Загл. с экрана.

3.61. Рабочая программа дисциплины «Физическая культура» основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

по профилям подготовки – адаптивное физическое воспитание
степень (квалификация) выпускника – бакалавр

Форма обучения очная

Авторы-разработчики:

Медведева Е.Н., к.п.н., профессор

Никулина Ж.В., к.п.н., доцент

Филина И.А. – к.п.н., доцент

Петров А.А. - к.п.н., доцент

Романов В.В. – к.п.н.

Белкин В.В. – к.п.н.

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель дисциплины

Главными предпосылками достижения обучения и воспитания по дисциплине «Физическая культура» студентов являются:

- опережающее формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту;
- установка на здоровый образ и стиль жизни, физическое совершенствование;
- развитие потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- подготовка выпускника академии с высокими практическими навыками и знаниями теоретических основ физической культуры и спорта;
- совершенствование способности противостоять физическому и психическому утомлению в процессе профессиональной деятельности.

Физическая культура в академии несет в себе оздоровительную направленность и проводится в целях развития у студентов физических и морально-волевых качеств, овладения основными двигательными умениями и навыками, укрепления здоровья, совершенствования знаний и умений в организации и проведении спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий.

В результате освоения программного материала по разделам дисциплины студенты специальности «Физическая культура и спорт для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» должны:

- овладеть знаниями, умениями и навыками, позволяющими эффективно использовать физические упражнения в физическом воспитании и реабилитации занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья.

Программный материал по физической культуре дополняет и расширяет профессионально-педагогические возможности студентов 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» и создает основу для дальнейшего самосовершенствования и роста их конкурентно способности в современных условиях образовательного рынка труда.

Задачи дисциплины

Содержание программы предусматривает решение следующих задач:

- изучение нормативной базы (Конституция Российской Федерации, федеральное законодательство, постановления Правительства Российской Федерации, указы Президента Российской Федерации и т.д.), регуливающей физкультурно-массовую и спортивную работу в Российской Федерации;
- ознакомление с системой физической культуры и спорта в Российской Федерации и спецификой организации спортивно-массовых мероприятий;

- совершенствование двигательных умений и навыков из представленных разделов программы; совершенствование умения применять их в различных по сложности условиях; развитие необходимых для этого двигательных качеств;
- выполнение программных упражнений и нормативов по физической культуре;
- совершенствование физической подготовленности с целью повышения продуктивности профессиональной деятельности;
- формирование потребности в здоровом образе жизни, личной и общественной гигиены и особенностей самоконтроля за своим физическим состоянием;
- формирование умения самостоятельно тренироваться с целью личного физического совершенствования;
- формирование организаторских навыков в проведении групповых занятий.
- формировать важные двигательные, профессионально-педагогические знания, умения и навыки в эффективном использовании разнообразных средств физической культуры в физическом воспитании и реабилитации контингента;
- воспитывать моральные, волевые, эстетические качества, развивать память, внимание, умственный кругозор, общую культуру поведения будущего бакалавра.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

«Физическая культура» относится к дисциплинам цикла Б4 «Физическая культура» профессиональной образовательной программы направления 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)»

Данная дисциплина изучается в течение 1-8 семестров. Итоговой формой контроля результатов освоения каждого из разделов дисциплины является зачёты в 1,2,4,6,7,8 семестрах.

Для изучения дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися в средней общеобразовательной школе.

Данная дисциплина является закономерным продолжением изучаемых дисциплин: «Педагогики и психологии», «Естественно-научных основ физической культуры», «Анатомии человека», «Истории физической культуры»,

Она обеспечивает успешное изучение в дальнейшем «Педагогики физической культуры», «Теории и методики физической культуры», «Физиологии человека» «Биомеханики двигательной деятельности», «Безопасности жизнедеятельности», «Теории и организации адаптивной физической культуры», «ЛФК и массаж», «Физической реабилитации» прохождение профессионально-профильной практики.

«Физическая культура» является одним из действенных средств оздоровления занимающихся, их разностороннего гармонического развития, профессионально-прикладной подготовки к трудовой деятельности, а также прекрасным средством активного отдыха.

Это самостоятельная дисциплина, имеющая свои специфические особенности:

- постоянная связь с музыкой на занятиях по музритмике, необходимость понимать и чувствовать позволяют повысить общий уровень музыкальной культуры студентов;
- обилие средств физического воспитания (гимнастика, лыжный спорт, лёгкая атлетика, борьба, плавание) дает возможность пополнить двигательный арсенал профессиональных приёмов воздействия будущего специалиста и создаёт предпосылки для эффективной реализации задач государственных образовательных программ по физическому воспитанию школьников;
- эстетическая привлекательность занятий прививает любовь к систематическим занятиям и повышает уровень двигательной культуры студентов.

На теоретических занятиях раскрываются теоретические и методические вопросы проведения различных видов физических упражнений.

Практические занятия носят учебно-методический характер, решают задачи технического овладения упражнениями, эстетического воспитания, развития физических и личностных качеств будущего педагога. Разновидностью практических занятий является учебная практика,

которая предусматривает выполнение учащимися заданий преподавателя по овладению навыками проведения различных видов физических упражнений.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс освоения дисциплины «Физическая культура» направлен на формирование следующих компетенций: ОК-3, ОК-4, ОК-5, ОК-9, ОК-10, ПК -1, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-6, ПК-8, ПК-12, ПК-13, ПК-14, ПК-15, ПК-17, ПК-23, ПК-24, ПК-25, ПК-26, ПК-29, ПК-33, ПК -41, ПК-42, ПК-43, ПК-44, ПК-45.

В процессе изучения дисциплины «Физическая культура» студенты должны:

- углубить свои знания в области теории и методики физической культуры и спорта;
- освоить практические умения и навыки самостоятельного занятия физической культурой;
- сформировать навыки технико-тактической подготовки по видам спорта;
- овладеть знаниями по организации и проведению групповых занятий, судейству спортивных соревнований по видам спорта;
- творчески использовать полученные знания, навыки и умения в процессе своей жизни и профессиональной деятельности;
- беречь и укреплять свое здоровье, психическое благополучие, осуществлять индивидуальный выбор для занятий физической культурой и спортом.

В результате освоения дисциплины «Физическая культура» и по окончании раздела 1 «Музритмика» студенты должны:

1. Знать:

- значение музыкально-ритмического воспитания в подготовке будущих специалистов по физической культуре (цели, задачи, средства и методические особенности проведения физических упражнений под музыкальное сопровождение);
- основы музыкальной грамоты;
- правила подачи команд и методических указаний при проведении строевых, ОРУ, танцевальных и хореографических упражнений, вольных упражнений, художественной и ритмической гимнастики под музыкальное сопровождение;
- методику преподавания упражнений средств музыкально-ритмического воспитания с контингентом различного возраста.

2. Уметь:

- на слух определять размер, структуру, характер наиболее соответствующих сопровождению занятий музыкальных произведений;
- подбирать средства и музыкальное сопровождение в соответствии с задачами обучения и воспитания;
- проводить строевые, ОРУ, танцевальные и хореографические упражнения, упражнения художественной и ритмической гимнастики под музыкальное сопровождение на основе разработанного конспекта;
- качественно осуществлять показ основных средств музыкально-ритмического воспитания в соответствии с характером музыкального произведения;
- обучать простейшим средствам музыкально-ритмического воспитания - объяснять технику выполнения упражнений, подбирать упражнения для решения поставленной учебной задачи, оценивать качество выполнения упражнений, определять причины возникновения у занимающихся ошибок в технике движений, подбирать приемы и средства для их устранения; управлять физической нагрузкой;
- конструировать простейшие комбинации и комбинации на основе танцевальных, общеразвивающих, хореографических упражнений и упражнений художественной гимнастики.
- проводить музыкальные игры и задания, способствующие формированию музыкально-двигательной подготовленности у школьников;

- развивать общую физическую, морально-волевую подготовленность и общую культуру занимающихся средствами музыкально-ритмического воспитания;
- рационально использовать места занятий, оборудование и инвентарь, обеспечивая меры безопасности занимающихся.

3. Владеть: терминологией средств музыкально-ритмического воспитания, командным голосом, навыками организации и управления группой, оказания помощи.

**В результате освоения дисциплины «Физическая культура»
и по окончании раздела 2 «Лыжный спорт» студенты должны:**

1. Знать:

- общую характеристику всех олимпийских видов лыжного спорта: лыжных гонок, прыжков на лыжах с трамплина, лыжного двоеборья, горных лыж, биатлона, фристайла, сноуборда;
- приемы выбора и подготовки одежды и обуви лыжника, лыжного инвентаря, мест учебных занятий, тренировочных и соревновательных трасс;
- методику оздоровительно-спортивной лыжной подготовки различных групп населения;
- специфику организации и проведения состязаний на лыжах для лыжников-гонщиков разного возраста, пола, уровня подготовленности и квалифицированных спортсменов;
- педагогическое, образовательное и оздоровительное значение занятий лыжным спортом для занимающихся, значение дисциплины «Технологии физкультурно-спортивной деятельности (лыжный спорт)» в подготовке специалистов по физической культуре и спорту;
- меры по предупреждению травматизма на занятиях по лыжному спорту;
- биомеханические основы техники передвижения на лыжах классическим ходом;
- методику развития физических качеств средствами лыжного спорта.

2. Уметь:

- составлять конспект урока по лыжной подготовке;
- проводить часть урока или урок по лыжной подготовке с лицами различного возраста, пола, уровня подготовленности (по заданию преподавателя);
- проводить анализ урока;
- выполнить контрольный и зачетный норматив;
- выполнить объем двигательной нагрузки в передвижении на лыжах за неделю не менее 30 км для женщин и 45 км для мужчин.
- владеть основами техники передвижения одновременным бесшажным, одновременным одношажным, попеременным двухшажным классическими ходами передвижения, способами преодоления спусков; подъемов; повороты на месте, в движении; способами торможения «плугом», «упором»;
- владеть приемами подготовки лыж, очистки скользящей поверхности, выбора и нанесения лыжных мазей и парафинов в соответствии с температурой воздуха, влажностью, состоянием снежного покрова, профиля лыжной трассы, длины дистанции.

Выполнив все требования текущей аттестации, студент допускается к итоговому теоретическому зачету в конце II семестра. Итоговый зачет складывается из практической демонстрации профессионально-педагогических умений и навыков и теоретического опроса в письменной или устной формах.

**В результате освоения дисциплины «Физическая культура»
и по окончании раздела 3 «Лёгкая атлетика» студенты должны:**

1. Знать:

- педагогическое, образовательное, прикладное и оздоровительное значение занятий легкой атлетикой для занимающихся, значение дисциплины «Физическая культура» (легкая атлетика) в подготовке специалистов по адаптивной физической культуре. Задачи, средства,

виды легкой атлетики, методические особенности легкой атлетики и тенденции ее дальнейшего развития. Меры по предупреждению травматизма на занятиях легкой атлетикой. Особенности занятий легкой атлетикой с лицами разного возраста и пола. Характеристику и требования, предъявляемые к легкоатлетическим снарядам и инвентарю;

- классификацию видов легкой атлетики, способы создания представления о технике легкоатлетических упражнений, приемы оказания помощи и исправления ошибок при проведении урока по легкой атлетике, методику обучения видам легкой атлетики, способы организации и проведения занятий легкоатлетическими упражнениями;

- легкоатлетическую терминологию;

- биомеханические основы техники ходьбы, бега, прыжков и метаний;

- методику обучения легкоатлетическим упражнениям;

- особенности организации физической подготовки в школе средствами легкой атлетики;

- документы планирования и технологии их составления; отличия друг от друга (учебный план, программа, рабочий план, конспект урока);

- педагогические и физиологические особенности формирования двигательной функции школьников и возможность применения для этого средств легкой атлетики;

- методику развития физических качеств средствами легкой атлетики;

- методические особенности проведения частей урока по легкой атлетике в школе;

- приемы управления и контроля нагрузки в уроке по легкой атлетике;

- правила соревнований в легкой атлетике.

2. Уметь:

- показать любое упражнение в соответствии с содержанием программы;

- осуществлять подготовку места занятий к выполнению упражнений;

- выполнить нормы ОФП;

- выполнить нормативы по видам легкой атлетики;

- разработать конспекты урока по легкой атлетике;

- провести урок легкой атлетики на учебной группе.

Выполнив все требования текущей аттестации, студент допускается к итоговому теоретическому зачету в конце II и IV семестров. Итоговый зачет на 2 курсе (за весь цикл обучения) складывается из практической демонстрации профессионально-педагогических умений и навыков и теоретического опроса в письменной или устной формах.

В результате освоения дисциплины «Физическая культура» и по окончании раздела 4 «Самооборона» студентки должны:

1. Знать:

- основы правовых норм применения средств и способов самообороны;

- что такое потенциально опасные ситуации и как избежать нападения в доме, лифте, подъезде, на улице, в автомобиле и общественных местах.

- задачи, средства, виды и методические особенности самообороны.

- меры по предупреждению травматизма на занятиях по самообороне.

- классификацию приемов самообороны, способы создания представления о технике защиты, приемы оказания помощи и исправления ошибок;

- характеристику залов и требования, предъявляемые к инвентарю;

- требования к терминологии;

- биомеханические основы техники выведения из равновесия;

- технологическую схему обучения приемам самообороны;

- методику развития физических качеств средствами самообороны;

- методические особенности проведения частей урока по самообороне;

- приемы управления и контроля нагрузки в уроке по самообороне;

- характеристику соревнований по спортивно-боевому самбо и элементарные правила судейства.

2. Уметь:

- отразить любое нападение в соответствии с содержанием программы;
- оказывать помощь и страховку при выполнении приемов самообороны;
- осуществлять подготовку места занятий к выполнению упражнений;
- выполнить нормы ОФП;
- разработать и написать конспект по любому занятию по самообороне.

В результате освоения дисциплины «Физическая культура» и по окончании раздела 5 «Плавание» студентки должны:

1. Знать:

- место плавания в системе физического воспитания;
- виды плавания, их задачи и средства;
- гидромеханические основы техники спортивных способов плавания;
- методику обучения прикладным способом плавания;
- классификацию подводящих, подготовительных, имитационных и специальных упражнений на суше;
- технику безопасности при проведении занятий на воде;
- основы техники спортивных способов плавания;
- меры предупреждения травматизма на занятиях по плаванию;
- организацию и проведение соревнований по плаванию, правила прохождения соревновательных дистанций по плаванию, состав судейской коллегии.
- основные принципы обучения плаванию и эволюцию методики обучения;
- методику и технологию обучения плавательным упражнениям;
- задачи массового обучения плаванию и особенности работы с детьми;
- теоретические основы обучения двигательным действиям в воде;
- средства и методы обучения плаванию;
- особенности оздоровительного плавания как вида физкультурно-спортивной деятельности;
- правила по оказанию первой помощи при спасении на воде;
- особенности материально-технического обеспечения занятий плаванием.
- основные задачи, решаемые в процессе обучения плаванию;
- методику проведения игр при обучении плаванию;
- методику обучения плаванию на естественном водоеме;
- деятельность государственных органов и общественных организаций по осуществлению массового обучения плаванию;
- массовые оздоровительные формы занятий плаванием;
- особенности занятий плаванием с различным контингентом;
- требования, предъявляемые к организации массовых праздников на воде;
- особенности проведения занятий в оздоровительно-реабилитационных группах;
- особенности развития физических качеств в плавании;
- организацию занятий по новым технологиям в оздоровительном плавании (аквафитнес);

2. Уметь:

- объяснять, показывать технику спортивных видов плавания;
- объяснять, показывать технику прикладного плавания (ныряние, транспортировка тонущего и т.д.)
- провести ОРУ на суше в группах начального обучения плаванию;
- определять мелкие, средние и грубые ошибки при наблюдении за выполнением элементов техники спортивных способов плавания в условиях тренировки и соревнований (составлять экспертную карту);

- анализировать, обобщать, оперировать знаниями по технике спортивных способов плавания;
- практически освоить базовые навыки – рабочую позу пловца, полную координацию спортивных способов плавания (кроль на груди, на спине, дельфин, брасс), старты и повороты;
- провести на учебной группе подготовительную, основную или заключительную части урока по начальному обучению плаванию, написать контрольную работу;
- подбирать упражнения для предупреждения и устранения ошибок при обучении плаванию;
- подбирать и проводить упражнения для совершенствования техники спортивных способов плавания;
- составлять комплексы ОРУ и СФУ имитационного характера при изучении техники различных способов плавания;
- составить и провести комплекс ОРУ на суше и в воде по начальному обучению плаванию и упражнения по совершенствованию техники плавания;
- составить и провести комплекс упражнений для развития физических качеств пловцов;
- провести фрагмент учебно-тренировочного занятия с использованием средств оздоровительного плавания для развития физических качеств;
- применять игры на различных этапах обучения плаванию;
- составить план-конспект и провести игровой урок при обучении плаванию;
- подготовить план-сценарий массового праздника на воде;
- участвовать в проведении массовых спортивных мероприятий.
- выполнить функции по организации и проведению соревнований по плаванию в соответствии с технологией его проведения.

-
-

В результате освоения дисциплины «Физическая культура» и по окончании раздела 6 «Атлетизм» студентки должны:

1. Знать:

- педагогическое, образовательное и оздоровительное значение занятий атлетической гимнастикой для занимающихся, значение дисциплины «Атлетизм» в подготовке специалистов по адаптивной физической культуре. Задачи, средства, методические особенности атлетической гимнастики. Меры по предупреждению травматизма. Характеристику места занятий;
- требования к терминологии, способы образования терминов и правила записи ОРУ и специальных упражнений, упражнений со спортивными снарядами; особенности позирования; программы позирования.
- методику развития физических качеств средствами атлетической гимнастики;
- характеристику и правила проведения соревнований по атлетическому троеборью.

2. Уметь:

- демонстрировать технику выполнения упражнений по атлетическому троеборью в соответствии с содержанием программы;
- осуществлять подготовку мест для занятий;
- оказывать помощь и страховку при выполнении атлетических упражнений;
- выполнять практические нормативы по атлетическому троеборью;
- выполнить требования по атлетическому троеборью;
- уметь разработать и составить конспект урока по атлетической гимнастике;
- провести урок по атлетической гимнастике.

Объем каждого раздела программы рассчитан так, чтобы за отведенное количество занятий занимающиеся могли овладеть основой техники и тактики двигательных действий в предлагаемых видах спортивной деятельности.

Занятия должны способствовать развитию таких качеств, как выносливость, сила, быстрота, координация в различных движениях. Кроме того, целесообразно давать упражнения

на поддержание достигнутого уровня гибкости и статокINETической (вестибулярной) устойчивости. Программа изложена конкретно для студентов первого высшего образования.

Содержание учебного материала отличается направленностью на совершенствование двигательных действий, формирование и пролонгирование этики движений и для содействия повышения уровня работоспособности студентов.

В каждом разделе программы для усвоения навыков и умений предлагается материал для развития двигательных качеств, в котором даны примерные варианты групп упражнений. Преподаватель, ориентируясь на них и исходя из имеющихся условий, подбирает наиболее эффективные упражнения. С этой целью на каждом занятии уделяется 20 – 30 минут. Следует учесть, что выполнение программы возможно только при большой плотности занятий на основе применения современных методов организации занимающихся: фронтальный, групповой и метод круговой тренировки, которые дают возможность занять всех занимающихся на занятии при выполнении упражнения.

Теоретические сведения приобретаются при самостоятельном изучении материалов, а также в процессе выполнения практических занятий и в консультативном порядке.

Преподаватель систематически контролирует уровень физической подготовленности занимающихся, учитывая данные медицинских осмотров и результаты тестирования.

По мере прохождения учебного материала проводятся проверочные испытания по видам двигательных действий.

На каждом занятии к студентам предъявляются требования в соблюдении опрятного внешнего вида, наличию соответствующей одежды и обуви для занятий физическими упражнениями, чистоты и порядка, бережного отношения к оборудованию и инвентарю, правил поведения при выполнении физических упражнений. Все это должно способствовать решению такой важной задачи, как формирование навыков культуры поведения.

Учебные занятия направлены на изучение основ технической и тактической подготовки по различным видам спорта с помощью использования специальных тренировочных упражнений, на совершенствование спортивных навыков, улучшения физического состояния и здоровья. Обучающиеся также получают индивидуальные рекомендации к самостоятельным занятиям по физкультуре и спорту.

Учет текущей успеваемости студентов ведется в форме контрольных и реферативных работ по изучаемым темам, демонстрации техники выполнения упражнений, сдачи практических нормативов. Выполнив соответствующие требования текущей аттестации по каждому из разделов дисциплины «Физическая культура», студент допускается к теоретическому зачету.

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы дисциплины

Дисциплина «Физическая культура» содержит разделы:

Раздел 1. «Музритмика»

Раздел 2. «Лыжный спорт»

Раздел 3. «Лёгкая атлетика»

Раздел 4. «Самооборона»

Раздел 5. «Плавание»

Раздел 6. «Атлетизм»

**Технологическая карта преподавания и освоения учебно-практического материала по дисциплине
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

1	2	3	4	6
№	Название темы	Содержание учебного занятия	Учебно-методические пособия и инструментарий	Форма контроля
РАЗДЕЛ 1 «МУЗРИТМИКА» (1 семестр)				
1.	Цели, задачи и средства музыкально-ритмического воспитания	Лекция (2 часа) 1. Предмет и задачи МРВ. 2. Место и значение МРВ в системе физического воспитания. 3. МРВ как учебный предмет в высших и средних учебных заведениях. 4. Основные средства и методические особенности курса МРВ. 5. Цели и задачи обучения на занятиях по МРВ 6. Реализация дидактических принципов в обучении. 7. Этапы обучения. 8. Методы и методические приёмы обучения в МРВ.	Лекционный материал. Дополнительная литература: 5. Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440.	Опрос.
2.	Методика занятий по курсу музыкально-ритмического воспитания	Лекция (2 часа) 1. Варианты занятий по МРВ. 2. Структура занятий по МРВ. 3. Методические указания к проведению занятий. 4. Планирование и учёт работы по МРВ. 5. Материально-техническое оснащение.	Лекционный материал. Дополнительная литература: 10. Художественная гимнастика: учебник / ред. Л.А. Карпенко. - М., 2003. - 408 с.	Опрос.
3.	Основы музыкальной грамоты	• Лекция (2 часа) 1. Содержание музыки. 2. Ритм и размер музыкального произведения. 3. Темп и динамические оттенки музыки. 4. Построение музыкального произведения. Задания по написанию рефератов.	Лекционный материал. Дополнительная литература: 1. Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440.	Опрос.

			Аудио записи. Список тем рефератов. Образцы оформления работ.	
4.	Движение под музыку как часть культуры человека. История развития танца и его направления	Лекция (2 час.) 1. Истоки зарождения и формирования народного и бытового танца. 2. Классификация танцев. 3. Особенности и тенденции современного развития танцевальной культуры. 4. Танец в системе двигательной подготовки человека. 5. Спортивные виды танца. Задания по написанию реферата по теме и выступление с докладом. Требования: использование не менее четырёх источников, объём реферата 15 страниц печатного текста (шрифт 14; инт. 1,5), доклад 5 минут, уметь ответить на вопросы по теме доклада. •	1. Румба, О.Г. История народно-характерного танца. Его применение в спортивных видах гимнастики / О.Г. Румба // Гимнастика: сб. науч. тр. / СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – СПб, 2003. – вып. 1. – с. 111-121. Румба, О.Г. 2. Художественная гимнастика: учебник под общ. ред. проф. Л.А. Карпенко. – М.: Изд-во ВФХГ, 2003. – Гл. 3, с. 79-93.	Опрос. Реферативная работа. Доклад по теме реферата.
5-8	Цели, задачи и средства музыкально-ритмического воспитания. Движение под музыку как часть культуры человека. История развития танца и его направления. Взаимосвязь упражнений и	Практико-методические занятия (8 час.): 1. Разновидности ходьбы, бега (мягкий, приставной, острый, высокий; галоп, подскоки) под музыку различного характера. 2. Освоение основ хореографии народного танца. Позиции ног и рук. 3. Упражнения с обручем, мячом, лентой. 4. «Взмахи», «пружины», «волны», равновесия на двух и одной. 5. Знакомство с характерными особенностями, отличиями народных танцев (русский, польский, греческий, молдавский, восточный и т.д.). Элементы русского танца, «Сударушка». 6. Музыкальные игры и задания. Контрольная работа №1 по теме «Цели, задачи и средства музыкально-ритмического воспитания»	Карточки с контрольной работой №1. Задания по учебной практике. Аудио записи; музыкальное сопровождение; инвентарь: Гимнастические мячи. Дополнительная литература: 1. Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд.,	Опрос. Контрольная работа №1. Дифференцированная оценка.

	музыки.	Распределение заданий по учебной практике. Выступление с окладами по темам рефератов (5 мин.).	испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440. 2. Художественная гимнастика: учебник / ред. Л.А. Карпенко. - М., 2003. - 408 с. 3. Люк Л.В. Методические основы базовой аэробики. / Л.В.Люк, Г.Р.Айзатуллова; Национальный гос.ун-т физ.культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта, Санкт- Петербург. – СПб.: [б.и.],2010. – 140 с.	
9-12	Цели, задачи и средства музыкально- ритмического воспитания. Взаимосвязь упражнений и музыки. Движение под музыку как часть культуры человека. История развития танца и его направления	Практико-методические занятия (8 час.): 1. Разновидности передвижений под музыку. Совершенствование навыка подачи команд и методических указаний под музыку. 2. Практика проведения упражнений с предметами под музыку. 3. Разучивание зачётных комбинаций на шагах русского танца и польки. Совершенствование элементов молдавского танца, польки. 4.Элементы хореографии и х/г (равновесия, повороты, прыжки) 5. Учебная практика в проведении музыкальных игр и задании. 6. Знакомство и освоение техники вальсового шага (с продвижением, «малый квадрат», «большой квадрат». 7. Развитие танцевальности, выразительности, координации движений и общей выносливости в процессе выполнения	Аудио записи; музыкальное сопровождение. Предметы художественной гимнастики. Дополнительная литература: 1.Румба, О.Г. Хореографическая подготовка в художественной гимнастике. Народно- характерный танец / О.Г. Румба // Художественная гимнастика: учебник под	Микрозачёт: проведение музыкальных игр, выполнение танцевальных комбинаций и упражнений с предметами.

	Методика занятий по курсу музыкально-ритмического воспитания. Основы техники и методика обучения эстрадно-бытовому танцу.	танцевальных комбинаций. 8. Формирование навыков показа и описания танцевальных движений, подсчёта и исправления ошибок в процессе обучения. Выступление с окладами по темам рефератов (5 мин.). Распределение заданий по учебной практике.	общ. ред. проф. Л.А. Карпенко. – М.: Изд-во ВФХГ, 2003. – Гл. 3, с. 79-93.	
13-16	Цели, задачи и средства музыкально-ритмического воспитания. Взаимосвязь упражнений и музыки. Методика занятий по курсу музыкально-ритмического воспитания. Основы техники и методика обучения эстрадно-бытовому танцу	Практико-методические занятия (8 час.): 1. Учебная практика в проведении разновидностей перемещений под музыку. 2. Методика обучения в/у и танцевальных упражнений под музыку. Задания по учебной практике. 3. Ритмическая гимнастика и методика её проведения 4. Упражнения с предметами под музыку. 5. Знакомство и освоение техники танца ча-ча-ча. 6. Элементы хореографии и х/г (равновесия, повороты, прыжки). 7. Разучивание и совершенствование соединения на 8 тактов на шагах вальса, микрозачёт. 8. Формирование навыков показа и описания танцевальных движений, подсчёта и исправления ошибок в процессе обучения.	Аудио записи, музыкальное сопровождение. Предметы художественной гимнастики. Карточки с заданиями по учебной практике с зачётными танцевальными комбинациями. Литература: 1. Баршай, В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 314 с. 2. Медведева, Е.Н. Технология формирования профессионально-педагогических умений на занятиях по гимнастике: учебное пособие для самостоятельной работы	Микрозачет: проведение музыкальных игр, выполнение танцевальных комбинаций и упражнений с предметами.

			студентов/ Е.Н. Медведева, В.Н.Шляхтов и др. - М.: Физическая культура, 2005. – 128с.	
17-18	Взаимосвязь упражнений и музыки. Методика занятий по курсу музыкально-ритмического воспитания. Основы музыкальной грамоты. Основы техники и методика обучения эстрадно-бытовому танцу. Движение под музыку как часть культуры человека. История развития танца и его направления	Практико-методические занятия (4 час.): 1. Овладение техникой танцевальных элементов мазурки, разучивание комбинации, микрозачёт. 2. Учебная практика в проведении ритмической гимнастики. 3. Особенности проведения занятий под музыку с детьми. Задания по проведению учебной практики. 4. Элементы хореографии и х/г 5. Учебная практика в обучении в/у под музыку. 6. Разучивание и совершенствование комбинации на 8 тактов танца ча-ча-ча (микрозачёт). 7. Написание контрольной работы №2 по теме «Основы музыкальной грамоты». 6. Задания по написанию рефератов по теме «История развития танца и его направления»	Аудио записи, музыкальное сопровождение. Предметы художественной гимнастики. Карточки с заданиями по учебной практике с зачётными танцевальными комбинациями. Карточки с контрольной работой №2. Литература: 1. Баршай, В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 314 с. 2. Медведева, Е.Н. Технология формирования профессионально-педагогических умений на занятиях по гимнастике: учебное пособие для самостоятельной работы студентов/ Е.Н.	Микрозачет: обучение танцевальной комбинации, проведение комплекса ритмической гимнастики, контрольная работа №2.

			Медведева, В.Н.Шляхтов и др. - М.: Физическая культура, 2005. – 128с.	
19 -22	Взаимосвязь упражнений и музыки. Методика занятий по курсу музыкально-ритмического воспитания. Основы техники и методика обучения эстрадно-бытовому танцу Движение под музыку как часть культуры человека. История развития танца и его направления	Практико-методические занятия (8 час.): 1. Учебная практика в проведении ритмической гимнастики. 2. Учебная практика в обучении танцевальной комбинации для детей дошкольного возраста. 3. Совершенствование техники хореографических упражнений и х/г. 4. Учебная практика в проведении средств художественной гимнастики под музыку. 5. Знакомство и освоение техники танца рок-н-ролл. 6. Выступление с окладами по теме «История развития танца и его направления» (5 мин.).	Аудио записи, музыкальное сопровождение. Предметы художественной гимнастики. Карточки с заданиями по учебной практике с зачётными танцевальными комбинациями. Дополнительная литература. 1.Художественная гимнастика: учебник / ред. Л.А. Карпенко. - М., 2003. - 408 с. 2.Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студ. Вузов физической культуры/ Под ред. Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 304с.	Микрозачет: обучение танцевальной комбинации, проведение комплекса ритмической гимнастики.
23-25	Взаимосвязь упражнений и музыки.	Практико-методические занятия (6 час.): 1. Учебная практика в проведении ритмической гимнастики. 2. Учебная практика в обучении танцевальной комбинации для детей дошкольного возраста.	Аудио записи, музыкальное сопровождение. Предметы	Микрозачет: учебная практика в проведении РГ, обучении

	Методика занятий по курсу музыкально-ритмического воспитания. Основы техники и методика обучения эстрадно-бытовому танцу	3. Учебная практика в проведении упражнений хореографии и художественной гимнастики под музыку. 4. Подведение итогов. 5. Разучивание и совершенствование комбинации на 8 тактов танца рок-н-ролл. (микрочаёт). 6. Подведение итогов освоение дисциплины по разделу «Музритмика».	художественной гимнастики. Вопросы для теоретического зачёта. 1.Художественная гимнастика: учебник / ред. Л.А. Карпенко. - М., 2003. - 408 с. 2.Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студ. Вузов физической культуры/ Под ред. Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 304с.	танцевальной комбинации.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ЗАЧЁТ

РАЗДЕЛ 2 «ЛЫЖНЫЙ СПОРТ»

1.	Введение в курс «Лыжный спорт»	Лекция (2 часа). 1.Значение дисциплины в подготовке специалистов по физической культуре. 2. виды лыжного спорта и их краткая характеристика 3.Общие требования	Таблицы и рисунки необходимые для чтения лекций. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по лыжному спорту. 1. Кузнецов, В.К. Основы техники и обучение способам передвижения на лыжах : учеб. пособие для студ. вузов физ. культуры / В.К. Кузнецов, М.В. Артеменко. - Малаховка	Опрос.

			: МГАФК, 2010. - 156 с. 2. Новикова, Н.Б. Особенности техники лыжных ходов на дистанциях спринта : метод. пособие /Н.Б.Новикова.- СПб. : Нестор-История, 2011.- 32с.	
2.	Общая характеристика олимпийских видов лыжного спорта. Инвентарь лыжника, обувь и одежда лыжника.	Практико-методическое занятие (2 часа). Классификация видов лыжного спорта, развитие лыж. Современное состояние и тенденции развития как олимпийского вида спорта. Эксплуатационные характеристики лыж, типы лыжных креплений, детали лыжных палки. Представление о современном лыжном инвентаре. Правила безопасности при транспортировке лыжного инвентаря.	Таблицы и рисунки необходимые для чтения лекций. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по лыжному спорту	Реферат по теме. Использовать не менее 3-х источников
3.	Подготовка лыж	Практико-методические занятия (2 часа). Простейшие способы подготовки лыж. Разновидности парафинов и лыжных мазей по назначению Специфика подготовки лыж с учетом стиля передвижения (классический, свободный). Способы устранения «отдачи». Приспособления для подготовки лыж. Простейшая методика тестирования качества скольжения и сцепления. Требования к хранению лыж.	Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по лыжному спорту	
4	Техника передвижений на лыжах	Лекция (2 часа). Классификация способов передвижения на лыжах: лыжные ходы: способы подъемов, стойки спусков, способы торможений, поворотов, преодоления, неровностей. 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. Классический и свободный стили передвижения.	Таблицы и рисунки необходимые для чтения лекций. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по лыжному спорту.	Опрос
5-9	Техника передвижений на лыжах	Практико-методическое занятие (2 часа). Техника одновременных ходов, попеременного двухшажного классического хода, попеременного 4-х шажного хода, повороты на месте, в движении, преодоление спусков,	Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по лыжному спорту	Опрос. Микрозачёт по демонстрации техники.

		подъемов. Структура движений в классических ходах: попеременном двух- и четырехшажных, одновременных одно- и двухшажных, бесшажном. Контрольная работа №1 по теме «Техника передвижений на лыжах»	спорту. Карточки с контрольной работой №1	Контрольная работа №1.
10-12	Техника передвижений на лыжах	Практическое занятие (6 часов). Способы подъемов в различных внешних условиях: лыжными ходами, «елочкой», «лесенкой», «полуелочкой», «лесенкой». Динамика структуры движений в попеременном двухшажном классическом ходах на подъемах различной крутизны. Двигательные действия при подъемах «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой».	Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по лыжному спорту	Опрос. Микрозачёт по демонстрации техники
13-15	Техника передвижений на лыжах	Практическое занятие (6 часов). Высокие, средние, низкие стойки спусков. Динамика степени сгибания ног и угла 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.	Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по лыжному спорту	Опрос. Микрозачёт по демонстрации техники
16-19	Техника передвижений на лыжах	Практическое занятие (8 часов). 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.	Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по лыжному спорту	Опрос. Микрозачёт по демонстрации техники
20-23	Техника передвижений на лыжах	Практическое занятие (8 часов). 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. Контрольная работа №2 по теме «Техника передвижений на лыжах»	Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по лыжному спорту. Карточки с контрольной работой №2.	Опрос. Микрозачёт по демонстрации техники Контрольная работа №2.
24	Подготовка мест занятий и организация	Практико-методическое занятие (2 часа). Использование учебных, учебно-тренировочных, тренировочных, контрольных типов урока на разных этапах обучения.	Таблицы и рисунки необходимые для чтения лекций. Примеры	Опрос.

	обучения	Специфические особенности уроков лыжной подготовки, обусловленные проведением их в естественных природных условиях. Части урока, содержание и примерная продолжительность.	дополнительной литературы и учебных пособий по лыжному спорту	
25-29	Методика обучения способам передвижений на лыжах	Практическое занятие (10 часов). 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.		Микрозачёт
30-34	Методика обучения способам передвижений на лыжах	Практическое занятие (10 часов). Последовательность овладения способами подъемов: лыжными ходами, «полуелочкой», «елочкой», «лесенкой». Специфичные двигательные действия при прохождении подъемов лыжными ходами. 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.	Таблицы и рисунки необходимые для чтения лекций. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по лыжному спорту	Микрозачёт.
35	Организация и проведение соревнований по лыжному спорту	Практико-методическое занятие (2 часа). Классификация соревнований: по масштабу и спортивной значимости, с учетом целей и задач, в зависимости от условий зачета или характера определения первенства, по форме организации. Три категории соревнований по лыжным гонкам и правила их проведения. Основные разделы «Положения о соревнованиях» как руководящего и финансового документа. Правила оформления заявки на участие в соревнованиях и карточки участника.	Таблицы и рисунки необходимые для чтения лекций. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по лыжному спорту	Опрос. Микрозачёт
36	Организация и проведение соревнований по лыжному спорту	Практико-методическое занятие (2 часа). Составление положения о соревнованиях, состав судейской коллегии, ее работа, требования к местам соревнований, права и обязанности тренеров, представителей команд. Оборудование старта и финиша. Особенности судейства массовых соревнований по лыжным гонкам.	Таблицы и рисунки необходимые для чтения лекций. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по лыжному спорту	Опрос. Микрозачёт

			спорту	
ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ЗАЧЁТ				
РАЗДЕЛ 3 «ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА»				
1.	Введение в предмет «Легкая атлетика» и методика преподавания. Меры безопасности при занятиях легкой атлетикой и профилактика травматизма	Лекция (2 часа). Введение в легкую атлетику, введение в дисциплину «Технологии физкультурно-спортивной деятельности (легкая атлетика)», определение легкой атлетики, основные понятия в предмете. Задачи, средства и методические особенности занятий легкой атлетикой. Классификация видов легкой атлетики (их значение, характеристика). Место и значение легкой атлетики в системе физического воспитания. Оздоровительное и прикладное значение легкой атлетики. Легкая атлетика в системе образовательных учреждений и ее роль в подготовке специалистов по физической культуре и спорту. Связь видов легкой атлетики с другими видами спорта. Организация курса легкой атлетики (по этапам), требования к студентам, регламент работы, проведение и формы занятий. Требования к мерам безопасности при обучении легкоатлетическим упражнениям. Меры безопасности при проведении занятий и соревнований по различным видам легкой атлетики. Обеспечение безопасности в процессе занятий, страховка и помощь. Требования к местам занятий, основному и вспомогательному инвентарю. Виды травм и меры их предупреждения.	Таблицы и рисунки, необходимые для проведения методического занятия. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике.	Опрос.
2.	Основы техники ходьбы и бега	Лекция (2 часа). Понятие о технике легкоатлетических упражнений. Техника – отражение дидактической связи формы и содержания движения. Определение и критерии техники. Основа техники как совокупность необходимых звеньев кинематической, динамической и ритмической структур движения в ходьбе и беге. Определяющее звено техники. Второстепенные детали техники и индивидуальные особенности (стиль). Особенности техники с учетом законов механики и биологии. Особенности движений звеньев тела в ходьбе и беге. Силы, действующие на спортсмена. Сходство и различие движений в ходьбе и беге. Виды и особенности	Таблицы и рисунки, необходимые для чтения лекции. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике.	Опрос.

		ходьбы и бега на различные дистанции. Анализ техники ходьбы и бега на старте, прямой, повороте, при финишировании, остановка после прохождения линии финиша. Дыхание, основные пространственные и временные параметры. Движение общего центра массы тела (ОЦМТ).		
3.	Урок по легкой атлетике (конспект урока, терминология) Подготовительная часть урока по легкой атлетике.	Практико-методическое занятие (2 часа). Терминология – профессиональный язык специалистов по физической культуре. Требования к терминологии. Способы образования терминов. Правила и формы записи легкоатлетических упражнений. Конспект урока по легкой атлетике и принципы его разработки. Классификация упражнений и их роль в общефизической подготовке, также формы и методы их проведения средства Подбор упражнений подготовительной части. Варианты ее содержания. Анализ подготовительной части Демонстрация и опробование общеразвивающих упражнений (ОРУ) и специальных упражнений (СУ). Проведение подготовительной урока по легкой атлетике. Выполнение педагогического наблюдения и анализа части урока.	Таблицы, рисунки, образцы терминологической и смешанной записи легкоатлетических упражнений. Образцы конспектов комплексов подготовительной части урока. Спортивный инвентарь необходимый для проведения урока по легкой атлетике. Задания по теме «Учебная практика. Подготовка и проведение подготовительной части урока по легкой атлетике»	Опрос.
4-7	Подготовительная часть урока по легкой атлетике	Практическое занятие (8 часов). Проведение подготовительной части урока по легкой атлетике. Анализ проведения подготовительной части урока по легкой атлетике и оценивание. Подведение итогов.	Задания по теме «Учебная практика. Подготовка и проведение подготовительной части урока по легкой атлетике»	Микрозачет по итогам проведения подготовительной части урока по легкой атлетике
8-9	Основы техники ходьбы и	Практические занятия (4 часа) Современное состояние: рекорды, рекордсмены, чемпионы	Таблицы и рисунки, спортивный инвентарь	Микрозачет за техническое

	методика обучения	Олимпийских игр и Европы. Биомеханический анализ техники спортивной ходьбы. Специальные упражнения для обучения технике спортивной ходьбы. Причины возникновения ошибок и способы их устранения. Особенности обучения технике спортивной ходьбой в зависимости от возраста, пола, подготовленности занимающихся. Контрольная работа №1.	необходимый для обучения технике спортивной ходьбы. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике	исполнение и выполнение рекомендуемых практических нормативов в спортивной ходьбе. Контрольная работа №1
10	Основы техники бега на средние дистанции и методика обучения	Практические занятия (2 часа) Биомеханический анализ техники бега на средние дистанции. Особенности техники бега по повороту. Старт и стартовый разбег, их разновидности. Кривая изменения скорости при беге средние дистанции. Методика обучения технике спортивной ходьбы и бега (по прямой, по виражу, со старта, стартовому разбегу, финишированию, остановки после финиша. Особенности методики обучения в зависимости от возраста, пола, уровня подготовленности занимающихся. Показатели техничности. Овладение техникой и методикой обучения бега на средние дистанции. Дистанции и правила соревнований.	Таблицы и рисунки, спортивный инвентарь необходимый для обучения технике бега на средние дистанции. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике	Микрозачет за техническое исполнение и выполнение рекомендуемых практических нормативов в беге на средние дистанции.
11-13	Основы техники бега на короткие дистанции и методика обучения	Практические занятия (6 часов). Биомеханический анализ техники бега на короткие дистанции. Низкий старт и стартовый разбег. Использование стартовых колодок и станков. Кривая изменения скорости при беге на короткие дистанции. Особенности дыхания при беге на различные дистанции. Обучение технике бега на короткие дистанции (по прямой, по виражу, со старта, стартовому разбегу, финишированию, остановки после финиша). Положение звеньев тела при беге. Дыхание. Особенности методики обучения в зависимости от возраста, пола, уровня подготовленности занимающихся. Основные упражнения для обучения технике бега. Ошибки и способы их устранения.	Таблицы и рисунки, спортивный инвентарь необходимый для обучения технике бега на короткие дистанции. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике	Микрозачет за техническое исполнение и выполнение рекомендуемых практических нормативов в беге на короткие дистанции.
14-16	Основы техники метания мяча и методика	Практические занятия (6 часов). История развития техники метания мяча. Особенности держания снаряда. Усложнение бросков с места поворотом плечевого пояса, отведением руки	Таблицы и рисунки, спортивный инвентарь необходимый для	Микрозачет за техническое исполнение и

	обучения	со снарядом, включением в работу ног. Обучение финальному усилию. Броски с 1-2-3 шагов. Обучение разбегу, переходу от разбега к броску, метание с разбега. Соединение основных элементов в единое целое. Средства для обучения технике метаний. Последовательность их использования. Основные ошибки и способы их устранения и предупреждения. Правила техники безопасности. Правила соревнований по метаниям мяча.	обучения метания мяча. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике.	выполнение рекомендуемых практических нормативов в метании мяча.
17-19	Основы техники метания гранаты и методика обучения	Практические занятия (6 часов). Особенности держания снаряда. Усложнение бросков с места поворотом плечевого пояса, отведением руки со снарядом, включением в работу ног. Обучение финальному усилию. Броски с 1-2-3 шагов. Обучение разбегу, переходу от разбега к броску, метание с разбега. Соединение основных элементов в единое целое. Овладение техникой и методикой обучения метания мяча. Динамические и кинематические параметры. Средства для обучения технике метаний. Последовательность их использования. Основные ошибки и способы их устранения и предупреждения. Правила техники безопасности. Правила соревнований по метаниям гранаты. Контрольная работа №2.	Таблицы и рисунки, спортивный инвентарь необходимый для обучения технике метания гранаты. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике	Микрозачет за техническое исполнение и выполнение рекомендуемых практических нормативов в метании мяча, гранаты Контрольная работа №2.
20-22	Основы техники прыжка в высоту способом «перешагивание» и методика обучения	Практические занятия (6 часов). Характеристика техники прыжка в высоту способом «перешагивание» Разбег, ритм и длина последних шагов разбега, переход к отталкиванию, отталкивание, полет и приземление. Роль маховых движений в отталкивании и полете. Техника преодоления планки. Анализ техники прыжков высоту и методика обучения. Прыжок в высоту способом «перешагивание» - наиболее доступный при начальном обучении. Особенности обучения технике перехода через планку и приземления. Обучение разбегу и отталкиванию. Средства обучения и методические указания. Основные ошибки, способы их предупреждения и исправления. Правила соревнований в прыжках в высоту.	Таблицы и рисунки, спортивный инвентарь необходимый для обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивание». Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике.	Микрозачет за техническое исполнение и выполнение рекомендуемых практических нормативов в прыжках в высоту способом «перешагивание»
23-25	Основы техники прыжка в длину способом «согнув	Практические занятия (6 часа). Анализ техники прыжков в длину и методика обучения. Обучение разбегу, отталкиванию, полету и приземлению. Соединение основных	Таблицы и рисунки, спортивный инвентарь необходимый для	Микрозачет за техническое исполнение и

	ноги» и методика обучения	фаз прыжка в одно целое. Овладение техникой и методикой обучения прыжкам в длину способом "согнув ноги". Основные упражнения для обучения и последовательность их применения. Основные ошибки и способы их предупреждения и устранения.	обучения технике прыжков в длину способом «согнув ноги». Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике	выполнение рекомендуемых практических нормативов в прыжках в длину способом «согнув ноги».
26.	Основы техники метаний	Лекция (2часа). Эволюция техники метаний. Дальность вылета снаряда Факторы, определяющие дальность полета снаряда. Угол местности и его значение для оптимального угла вылета снаряда. Длина пути приложения усилий к снаряду. График скорости снаряда. Скорость вылета снаряда, последовательность передачи количества движений в метаниях. Наибольшее ускорение и выпуск в правильном направлении как основа техники метания. Последовательность включения в работу отдельных мышечных групп. Фазы в метании. Силы, действующие на спортсмена и снаряд. Влияние размера т формы снаряда на дальность полета. Вращательное движение снаряда в полете. Поддерживающая сила воздуха и планирующий полет некоторых снарядов. Кинематические формы движения в различных видах метаний. Сходства и различия в технике метаний. Факторы, влияющие на дальность полета снаряда. Способы держания снарядов. Разновидности разгона снаряда. Полет снаряда, аэродинамические свойства снарядов. Влияние внешней среды на дальность полета снарядов. Сходства и различия в технике метаний.	Таблицы и рисунки, необходимые для чтения лекции. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике.	Опрос.
27	Основы техники прыжков	Лекция (2часа). Определение и классификация прыжков. Сходства и различия техники в разных видах прыжков. Фазы прыжка: разбег и подготовка к отталкиванию, отталкивание, полет и приземление. Механизм отталкивания в прыжках, взаимодействие движений звеньев тела и их влияние друг на друга. Сложение скоростей, создаваемых при разбеге и отталкивании. Углы отталкивания и вылета, начальная	Таблицы и рисунки, необходимые для чтения лекции. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой	Опрос.

		скорость вылета, траектория движения ОЦМТ. Разновидности приземления. Основы и анализ техники прыжков. Сходства и различие техники в разных видах прыжков. Динамическая нагрузка при отталкивании и приземлении.	атлетике.	
28	Организация и правила соревнований по легкой атлетике.	Лекция (2 часа). Виды соревнований, календарь соревнований, положение о соревнованиях. Организация и правила соревнований по легкой атлетике. Документация соревнований (положение о соревнованиях, заявки, протоколы, карточки участников, отчет о соревнованиях). Состав судейской коллегии. Правила соревнований по спортивной ходьбе и бегу, прыжкам, метаниям, эстафетному бегу и бегу с барьерами. Определение победителей в соревнованиях в отдельных видах легкой атлетике. Особенности правил соревнований в многоборьях.	Таблицы и рисунки, необходимые для чтения лекции. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике.	Опрос.
29	Урок по легкой атлетике	Практико-методическое занятие (2 часа). Принципы разработки конспекта урока по легкой атлетике. Основные формы занятий. Основные средства и методы обучения видам легкой атлетики. Дозировка легкоатлетических упражнений.	Таблицы, рисунки, образцы терминологической и смешанной записи упражнений. Образцы конспектов урока. Задания по теме Учебная практика. Подготовка и проведение урока по легкой атлетике с решением одной задачи по обучению технике упражнений лёгкой атлетики.	Микрозачет по итогам разработки конспекта урока по легкой атлетике
30-34	Урок по легкой атлетике	Практические занятия (10 часов). Проведение урока по легкой атлетике, с решением задачи по обучению технике одного из видов легкой атлетики по заданию преподавателя в основной части урока. Педагогическое наблюдение и анализ урока, подведение итогов. Научиться проводить урок с различным контингентом и обучать видам легкой атлетики.	Задания по теме «Учебная практика. Подготовка и проведение урока по легкой атлетике» Спортивный инвентарь	Микрозачет по итогам проведения урока по легкой атлетике.

		Научиться находить ошибки техники и исправлять их. Научиться подбирать средства и методы обучения технике видов легкой атлетики и развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) легкоатлетов, определять дозировку легкоатлетических упражнений, организовывать занятия. Научиться проводить урока, анализировать проведение урока, подводить итоги и оценивать. Научиться определять доступные физические нагрузки, видеть и оценивать реакцию организма на нее. Научиться составлять конспект урока по легкой атлетике. Научиться составлять конспект урока по легкой атлетике.	необходимый для проведения урока по легкой атлетике.	
35-37	Основы техники метания диска и методика обучения	Практические занятия (6 часов). Анализ техники метания диска. Держание снаряда. Исходное положение. Фазы техники метаний, их задачи, биомеханический анализ. Методика обучения технике метания диска (средства, методы, методические указания). Бросковые упражнения при обучении метанию диска. Основные упражнения для обучения технике метаний, последовательность их использования. Овладение техникой метания диска. Обучение держанию снаряда, размахиванию, выпуску. Обучение метанию диска с места. Усложнение бросков изменением исходного положения. Обучение разбегу (повороту) соединение основных элементов техники в единое целое. Основные ошибки и способы их предупреждения и исправления. Правила соревнований по метаниям диска	Таблицы и рисунки, спортивный инвентарь необходимый для обучения технике метания диска. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике.	Микрозачет за техническое исполнение и выполнение рекомендуемых практических нормативов в метании диска.
38-39	Основы техники толкания ядра и методика обучения	Практические занятия (4 часа). История развития вида. Анализ техники толкания ядра. Держание снаряда. Фазы техники толкания ядра, их задачи, биомеханический анализ. Методика обучения технике метания диска (средства, методы, методические указания). Бросковые упражнения при обучении толканию ядра. Основные упражнения для обучения технике метаний, последовательность их использования. Овладение техникой толкания ядра. Школа владения снарядом (набивные мячи, облегченные и утяжеленные снаряды). Обучение держанию снаряда, скачку, выпуску.	Таблицы и рисунки, спортивный инвентарь необходимый для обучения технике толкания ядра. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой	Микрозачет за техническое исполнение и выполнение рекомендуемых практических нормативов в толкании ядра

		Обучение толканию ядра с места. Усложнение бросков изменением исходного положения. Обучение разбегу (скачку) соединение основных элементов техники в единое целое. Основные ошибки и способы их предупреждения и исправления. Правила соревнований по толканию ядра.	атлетике.	
40	Двигательные качества и методика их развития на занятиях по физической культуре средствами легкой атлетики	Лекция (2 часа). Развитие силы и ее проявление в различных видах легкой атлетики. Тесты для определения уровня развития силы. Развитие быстроты, ее проявление в различных видах легкой атлетики. Методы развития быстроты. Тесты для определения быстроты. Выносливость и ее проявление у легкоатлетов. Методы развития выносливости у легкоатлетов различных специализаций. Тесты для определения уровня развития выносливости. Развитие гибкости и подвижности в суставах. Гибкость и ее проявление у легкоатлетов. Методы развития гибкости. Место упражнений в тренировочном занятии. Взаимосвязь «гибкость – быстрота – техника». Тесты для определения гибкости. Методы развития ловкости. Место упражнений на проявление ловкости в тренировочном занятии, тренировочном цикле. Тесты для определения ловкости.	Таблицы и рисунки, необходимые для чтения лекции. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике.	Опрос.
41	Методика проведения занятий по физической культуре с использованием средств легкой атлетики с детьми и подростками	Лекция (2 часа). Анатомо-физиологические особенности детей, подростков, юношей. Росто-весовые изменения в связи с возрастом. Влияние спортивных занятий на изменение морфо-функциональных характеристик легкоатлетов. Цели, задачи, учебные планы и программы занятий с детьми, подростками и юношами. Влияние занятий по легкой атлетике на развитие двигательных качеств. Формы занятий с детьми и подростками. Методики занятий в группах различного возраста. Этапы подготовки. Особенности обучения технике видов легкой атлетики.	Таблицы и рисунки, необходимые для чтения лекции. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике.	Опрос.

		Основные задачи технической, физической, теоретической подготовленности. Критерии оценки технико-тактического (спортивного) мастерства в группах разной квалификации и особенности построения учебно-тренировочного процесса.		
42	Методика проведения занятий по физической культуре с женщинами и лицами среднего, старшего и пожилого возраста, используя легкоатлетические упражнения	Лекция (2 часа). Краткая историческая справка о развитии женского спорта в России и в мире. Физиологические особенности реакции женского организма при нагрузках преимущественно на силу, быстроту, выносливость (аэробную и анаэробную), гибкость, ловкость. Особенности занятий у женщин. Совершенствование функций женского организма под влиянием занятий легкой атлетикой. Занятия легкой атлетикой во время беременности. Возрастные особенности лиц среднего, старшего и пожилого возраста. Формы занятий по легкой атлетике с лицами разного возраста.	Таблицы и рисунки, необходимые для чтения лекции. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике.	Опрос.
43-45	Основы техники прыжка в высоту способом «фосбюри-флоп» и методика обучения	Практические занятия (6 часов). История развития прыжков в высоту. Характеристика техники прыжка способом «фосбюри-флоп». Разбег, переход к отталкиванию, отталкивание, полет и приземление. Роль маховых движений в отталкивании и полете. Техника преодоления планки. Анализ техники прыжков в высоту и методика обучения. Особенности методики обучения технике перехода через планку и приземления в прыжках способом «фосбюри-флоп». Обучение разбегу и отталкиванию. Овладение техникой и методикой обучения прыжкам в высоту - способом "фосбюри-флоп". Средства обучения и методические указания. Основные ошибки, способы их предупреждения и исправления. Правила соревнований по прыжкам в высоту. Контрольная работа №3	Таблицы и рисунки, спортивный инвентарь необходимый для обучения технике прыжка в высоту способом «фосбюри-флоп». Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике.	Микрозачет за техническое исполнение и выполнение рекомендуемых практических нормативов в прыжках в высоту - способом "фосбюри-флоп" Контрольная работа №3
46-47	Основы техники эстафетного бега 4x100 м и	Практические занятия (4 часов). История развития вида. Виды эстафетного бега. Основные временные и пространственные параметры. Динамические и кинематические	Таблицы и рисунки, спортивный инвентарь необходимый для	Микрозачет за техническое исполнение и

	методика обучения	параметры техники. Особенности техники бега по повороту и передачи эстафетной палочки. Старт и стартовый разбег, их разновидности. Использование стартовых колодок и станков. Анализ техники передачи эстафетной палочки, ее варианты. Влияние правильной передачи эстафетной палочки на спортивный результат. Методика обучения технике эстафетного бега и передаче эстафетной палочки. Способы передачи эстафетной палочки, методы обучения. Овладение техникой и методикой обучения эстафетного бега 4x100 м. Основные упражнения для обучения технике бега. Ошибки и способы их устранения.	обучения технике эстафетного бега. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике.	выполнение рекомендуемых практических нормативов в эстафетном беге 4x100 м.
48-49	Основы техники барьерного бега на 100 и 110 м и методика обучения	Практические занятия (4 часа). История развития вида. Особенности работы маховой и толчковой ногой. Переход через барьер с ходьбы и с бега. Переход через барьер с наклоном туловища и активными маховыми движениями руки и ноги. Обучение преодолению от 2-3 барьеров до 5-6 и научить нормальному ритму бега между барьерами. Обучение старту и стартовому ускорению, преодолению первого барьера с стартового ускорения. Обучение техники барьерного бега в целом. Овладение техникой и методикой обучения бегу с барьерами. Основные упражнения для обучения и последовательность их применения. Основные ошибки и способы их предупреждения и исправления. Правила соревнований по бегу с барьерами. Контрольная работа №4	Таблицы и рисунки, спортивный инвентарь необходимый для обучения технике барьерного бега. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике.	Микрозачет за техническое исполнение и выполнение рекомендуемых практических нормативов в барьерном беге на 100 и 110 м Контрольная работа №4
50	Легкоатлетическое многоборье	Практические занятия (4 часа). Овладение техникой и методикой обучения видам многоборья. Основные упражнения для обучения и последовательность их применения. Правила соревнований по многоборьям.	Таблицы и рисунки, спортивный инвентарь необходимый для обучения технике видов многоборья. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по легкой атлетике.	Микрозачет за техническое исполнение и выполнение рекомендуемых практических нормативов в многоборье - участие в соревнованиях (четырёхборье: 100

				м, длина, граната, 800 (жен.) и 1500 м (муж.).
Теоретический зачёт (4 семестр)				
Раздел 4. «Самооборона»				
1.	Основные теоретические и методологические аспекты самообороны т	Лекция (2 часа). Самооборона как средство защиты от нападения. Конфликт. Оценка ситуации и способы преодоления конфликта. Правовые основы самообороны. Средства самообороны.	Таблицы и рисунки, необходимые для чтения лекций. Примеры дополнительной литературы и учебных пособий по самообороне	Устный опрос.
2-3	Тактика поведения в потенциально опасных ситуациях	Лекция (4 часа). Что такое потенциально опасные ситуации. Как избежать нападения в доме, лифте, подъезде, на улице, в автомобиле и общественных местах. Классификация нападающих (агрессора). Психология агрессора и жертвы. Тактика поведения и техника защиты от нападения. Практическое занятие (2 часа). Практический разбор тактических действий и техники защиты от нападения.	Наглядные пособия (плакаты, таблицы, видео материал).	Реферат по теме: «Тактика поведения и техника защиты от нападения».
4-5	Техника освобождения от захватов.	Практическое занятие (4 часа). Виды захватов. Обучение технике освобождения от захватов кисти, предплечья, плеча, туловища, ног, головы, одежды. Контрольная работа № 1 по теме «Основы теории и методики самообороны».	Образцы конспектов комплексов ОРУ по спортивной борьбе и рукопашному бою. Задания по теме «ОРУ и методика их проведения».	Микрозачет в проведении приемов самозащиты по заданию преподавателя. Контрольная работа №1.
6-8	Техника защиты от ударов руками и ногами	Практическое занятие (6 часа). Удары руками (прямые, боковые, снизу, наотмашь, сверху). Удары ладонью, кулаком, локтем, плечом, предплечьем, пальцами. Защиты от всех ударов руками, туловищем, с помощью ног и комбинированные.	Образцы конспектов комплексов ОРУ по спортивной борьбе и рукопашному бою. Задания по теме «ОРУ и	Микрозачет в проведении приемов самозащиты по заданию преподавателя

		Удары ногами (прямые, боковые, снизу, сбоку, сверху). Удары ногами (носком, пяткой, стопой, боковой поверхностью, голенью, бедром, коленом). Удары босой и обутой ногой. Защиты от ударов ногами с помощью рук, ног, туловища и комбинированные. Удары руками и ногами в голову, туловище, ноги и по болевым точкам (глаза, горло, сердце, печень, пах, солнечное сплетение, колени, голень). Защиты от ударов руками и ногами с помощью рук, ног, туловища и комбинированные (уклон, нырок, подставки, сбивы, блоки).	методика их проведения».	
9-11	Техника бросков в стойке	Практическое занятие (6 часа). Техника выполнения броска через бедро, передней подножки, задней подножки, выведения из равновесия, передней подсечки, бокового переворота, бросков за ноги.	Образцы конспектов комплексов ОРУ по спортивной борьбе и рукопашному бою. Задания по теме «ОРУ и методика их проведения».	Микрозачет в проведении бросков в стойке по заданию преподавателя.
12-13	Техника приемов борьбы лежа	Практические занятия (4 часа). Болевые приемы - рычаг руки через предплечье; рычаг руки внутрь; рычаг руки прогнувшись с захватом ее между ногами; узел руки; ущемление ахиллова сухожилия; ущемление икроножной мышцы. Удушающие.	Образцы конспектов комплексов ОРУ по спортивной борьбе и рукопашному бою. Задания по теме «ОРУ и методика их проведения».	Микрозачет в проведении приемов самозащиты по заданию преподавателя.
14-15	Удары подручными средствами	Практические занятия (4 часа). Удары подручными средствами (ключами, зонтиком, сумкой, каблуками, ручкой, стулом, палкой, стаканом, бутылкой, камнем, землей).	Образцы конспектов комплексов ОРУ по спортивной борьбе и рукопашному бою. Задания по теме «ОРУ и методика их проведения».	Микрозачет в проведении приемов самозащиты по заданию преподавателя.
16-17	Защиты от ударов подручными средствами	Практические занятия (4 часа). Защиты от ударов подручными средствами с помощью рук, ног, туловища и подручных средств.	Образцы конспектов комплексов ОРУ по спортивной борьбе и рукопашному бою.	Микрозачет в проведении приемов самозащиты по заданию

			Задания по теме «ОРУ и методика их проведения».	преподавателя
18	Удары колюще – режущим оружием	Практические занятия (2 часа). Удары колюще – режущим оружием (ножом, кастетом, топором, шилом, ломом).	Образцы конспектов комплексов ОРУ по спортивной борьбе и рукопашному бою. Задания по теме «ОРУ и методика их проведения».	Микрозачет в проведении приемов самозащиты по заданию преподавателя
19-20	Защиты от ударов колюще – режущим оружием	Практические занятия (4 часа). Защиты от ударов колюще – режущим оружием (ножом, кастетом, топором, шилом, ломом) с помощью рук, ног, туловища и подручных предметов.	Образцы конспектов комплексов ОРУ по спортивной борьбе и рукопашному бою. Задания по теме «ОРУ и методика их проведения».	Микрозачет в проведении приемов самозащиты по заданию преподавателя
21	Защиты от угрозы огнестрельным и газовым оружием	Практические занятия (2 часа). Защиты от угрозы огнестрельным и газовым оружием (пистолета, обреза, автомата, газового пистолета, газового баллончика), с помощью рук, ног, туловища и подручных предметов.	Образцы конспектов комплексов ОРУ по спортивной борьбе и рукопашному бою. Задания по теме «ОРУ и методика их проведения».	Микрозачет в проведении приемов самозащиты по заданию преподавателя
22	Женская самооборона	Практические занятия (2 часа). Особенности техники приемов женской самозащиты от мужчин в экстремальных ситуациях. Освобождение от захватов. Защита от ударов. Самозащита в положении лежа.	Образцы конспектов комплексов ОРУ по спортивной борьбе и рукопашному бою. Задания по теме «ОРУ и методика их проведения».	Микрозачет в проведении приемов самозащиты по заданию преподавателя.
23	Тактика поведения в экстремальных ситуациях	Лекция (2 часа) Защита и тактика поведения в потенциально опасных и экстремальных ситуациях (на улице, транспорте, подъезде, лифте, сквере, кафе).	Специальная литература. Видеофильмы по теме.	Опрос по теме.
24	Тактика поведения в экстремальных	Практические занятия (2 часа). Защита и тактика поведения в потенциально опасных и	Образцы конспектов комплексов ОРУ по	Микрозачет в проведении приемов

	ситуациях	экстремальных ситуациях (на улице, транспорте, подъезде, лифте, сквере, кафе).	спортивной борьбе и рукопашному бою. Задания по теме «ОРУ и методика их проведения	самозащиты по заданию преподавателя.
25	Выявление уровня овладения теоретическими знаниями и <u>практическими умениями и навыками</u> студентов	Практические занятия (2 часа). Выявление уровня овладения <u>практическими умениями и навыками</u> студентов. Определение уровня овладения <u>общими теоретическими и методическими знаниями</u> по самообороне. «Освобождение от захватов, ударная и бросковая техника при нападении»-Контрольная работа №2.	Теоретические и практические требования по разделу 4 Карточки с контрольной работой №2. Образцы основной и дополнительной литературы.	Микрозачет. Контрольная работа №2.
Теоретический зачёт (6 семестр)				
Раздел 5 «Плавание» (7-8 семестры)				
1.	Введение в предмет «Теория и методика плавания».	Лекция (2 часа). Место плавания в системе физического воспитания. Оздоровительное и прикладное значение плавания. Виды плавания. Характеристика спортивного плавания. Виды многоборий, включающие плавание. Краткая характеристика. Прикладность навыков плавания и ныряния. Единая Российская спортивная классификация и её значение в развитии плавания. Международные и Российские федерации водных видов спорта. Основные термины в плавании. Международная терминология. Плавание как научная и учебная дисциплина.	Программные требования, образцы реферативных работ, учебники по специализации, видеокассеты соревнований, показательных выступлений. Литература: 1. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учеб. пособ. для ст-тов вузов / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов ; ред. Н.Ж.Булгакова. – 2-е изд., стер.- М.: Академия, 2008.- 432с. 2. Спортивное плавание: путь к успеху: в 2	Опрос.

			книгах / ред. В.Н.Платонов.-Кн.1.- Киев : Олимпийская панорама, 2011. - 480 с.	
2.	Техника безопасности в плавании.	Практико-методическое занятие (2 часа). Требования, предъявляемые к технике безопасности в процессе учебно-спортивной работы. Предупреждение несчастных случаев и заболеваний при занятии плаванием. Меры безопасности – основные понятия. Меры безопасности при проведении занятий и соревнований по различным видам плавания. Обеспечение безопасности в процессе занятий, страховка и помощь. Требования к местам занятий, основному и вспомогательному инвентарю. Изучение правил проведения и организации учебных занятий и соревнований. Изучение требований к температурному режиму воды и воздуха при занятиях плаванием на открытом водоеме и в бассейне.	Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учеб. пособ. для ст-тов вузов / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов ; ред. Н.Ж.Булгакова. – 2-е изд., стер.- М.: Академия, 2008.- 432с. 2.Спортивное плавание: путь к успеху: в 2 книгах / ред. В.Н.Платонов.-Кн.1.- Киев : Олимпийская панорама, 2011. - 480 с.	Опрос.
3.	Основы техники плавания.	Лекция (2 часа). Понятие о технике плавания и её вариантах. Факторы, влияющие на изменчивость, вариативность и развитие техники плавания. Биомеханические основы плавания. Силы, действующие на пловца. Кинематические характеристики движения кисти и стопы пловца. Колебательный механизм двигательных действий. Толкательный механизм двигательных действий. Биомеханические основы техники спортивных способов плавания. Фазовая структура движений и ее педагогическое значение. Понятия о переменных и пространственных элементах системы движений пловца. Понятие о фазах, периодах, циклах и граничных зонах движений пловца. Фазы цикла движений руками, ногами. Ритм движений пловца. Темп и «шаг» движений пловца. Техника движений ног. Техника движений рук. Создание	Литература: 1. Плавание: теория и методика избранного вида спорта. Курс лекций : учеб. пособие / ред. А.И. Погребной. - Краснодар : КГУФКСТ, 2008. – 448 с. 2. Попов О. И. Основы построения тренировки квалифицированных пловцов : учеб. Пособие / О. И. Попов, В. В. Смирнов. –М. : РГУФК, 2007. – 92 с.	Опрос.

		силы тяги в начальной и завершающей фазах. Создание силы тяги в средней фазе. Согласование движений рук. Биомеханические характеристики, анализ действия внешних сил в плавании. Правила использования мышечных сил во время движений пловца: оптимальное направление развиваемых усилий; их расположение в цикле; увеличение импульса силы для наращивания скорости движения; непрерывность и последовательность действия сил; создание надежной опоры для действия рабочих звеньев. Вспомогательные движения туловищем и «дополнительные» движения. Силы (внутренние реактивные силы, силы инерции и упругого мышечного растяжения, сила тяжести и др.). Понятие о биокинематических цепях рабочих звеньев тела пловца. Рабочие звенья тела как рычаги. Оптимальная степень сгибания руки в локтевом суставе во время гребка. Оптимальная степень фиксации звеньев тела относительно друг друга в своих соединениях. Понятие о «высоком» положении локтя во время гребкового движения руками. Фазовая структура движений и граничные позы пловца.		
4-6	Основы техники плавания.	Практико-методическое занятие (6 часов). Общая характеристика спортивных способов плавания «кроль на груди» и «кроль на спине». Подбор упражнений по совершенствованию отдельных элементов техники, устранение ошибок в технике плавания спортивными способами. Особенности техники плавания двух-, четырех-, шести ударным кролем. Анализ техники плавания способом кроль на груди и на спине по видеозаписям. Определение недостатков и ошибок в технике плавания студентов своей группы. Общая характеристика способов плавания дельфин и брасс. Анализ техники: положение тела, движение туловищем, движение руками и дыхание, движение ногами, общее согласование движений рук, ног, туловища и дыхания. Анализ техники плавания способом дельфин и брасс по	Литература: 1. Плавание: теория и методика избранного вида спорта. Курс лекций : учеб. пособие / ред. А.И. Погребной. - Краснодар : КГУФКСТ, 2008. – 448 с. 2. Попов О. И. Основы построения тренировки квалифицированных пловцов : учеб. Пособие / О. И. Попов, В. В. Смирнов. –М. : РГУФК, 2007. – 92 с.	Опрос. Дифференцированная оценка. Контрольная работа №1 по теме «Основы техники плавания».

		видеозаписям. Анализ техники плавания, определение недостатков и ошибок в технике плавания студентов своей учебной группы. Краткие сведения о способе кроль на груди. Изучение различных вариантов техники. Плавание в полной координации. Краткие сведения о способе кроль на спине. Изучение различных вариантов техники. Плавание в полной координации. Основные закономерности техники плавания способом «дельфин» Изучение различных вариантов согласования движений. Плавание в полной координации. Основные закономерности техники плавания способом «брас». Изучение различных вариантов согласования движений. Плавание в полной координации. Контрольная работа №1 по теме «Основы техники плавания».	Таблицы, рисунки и видеозаписи, необходимые для методического занятия. Карточки с контрольной работой №1 по теме «Основы техники плавания».	
7-9	Основы техники плавания.	Практико-методическое занятие (6 часов). Общая характеристика техники стартов и поворотов. Техника старта с тумбочки. Варианты стартов. Техника старта при передаче эстафет. Техника старта из воды. Классификация поворотов. Техника поворотов при плавании способом кроль на груди, на спине, брасс, дельфин. Техника поворотов в комплексном плавании. Анализ техники стартовых прыжков при прохождении соревновательных дистанций способами: кроль на груди, кроль на спине, дельфин, брасс. Наблюдение за техникой пловцов своей группы. Определение недостатков и ошибок в технике движений. Анализ видеоматериалов. Анализ техники поворотов, комплексного и эстафетного плавания путем изучения видеоматериалов. Наблюдение за техникой пловцов своей группы. Определение недостатков и ошибок в технике движений. Варианты стартового прыжка с тумбочки и из воды. Освоение поворотов: кувырок вперед, «Маятник», простых	Литература: 1. Плавание: теория и методика избранного вида спорта. Курс лекций : учеб. пособие / ред. А.И. Погребной. - Краснодар : КГУФКСТ, 2008. – 448 с. 2. Попов О. И. Основы построения тренировки квалифицированных пловцов : учеб. Пособие / О. И. Попов, В. В. Смирнов. –М. : РГУФК, 2007. – 92 с. Таблицы и рисунки, необходимые для методического занятия.	Опрос. Дифференцированная оценка. Контрольная работа №2 по теме «Основы техники плавания».

		поворотов. Контрольная работа №2 тема: «Основы техники плавания»	Карточки с контрольной работой №2 по теме «Основы техники плавания».	
10	Средства и методы обучения плаванию.	Лекция (2 часа). Методы обучения. Классификация средств обучения плаванию, их характеристика. Задачи, решаемые при выполнении упражнений, их место и вес в уроке по обучению плаванию. Программы начального обучения спортивным способам плавания ведущих школ плавания в России. Различные методики обучения. спортивным способам плавания.	Литература: Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учеб. пособ. для ст-тов вузов / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов ; ред. Н.Ж.Булгакова. – 2-е изд., стер.- М.: Академия, 2008.- 432с. 2.Спортивное плавание: путь к успеху: в 2 книгах / ред. В.Н.Платонов.-Кн.1.- Киев : Олимпийская панорама, 2011. - 480 с.	Опрос по теме.
11	Средства и методы обучения плаванию.	Практико-методическое занятие (2 часа). Знакомство с различными методиками обучения. Подбор упражнений для изучения движений ног, рук, дыхания, согласования движений при плавании спортивными способами по программе для массового обучения. Общеразвивающие и специальные физические упражнения для развития силы и подвижности в суставах. Подготовительные упражнения для освоения с водой: погружения, всплытия, лежания, открывание глаз в воде, скольжения, выдохи в воду. Упражнения для изучения и освоения элементов техники спортивных способов плавания: кроль на груди, спине, дельфин, брасс. Упражнения для изучения техники каждого спортивного способа плавания: кроль на груди и спине,	Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учеб. пособ. для ст-тов вузов / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов ; ред. Н.Ж.Булгакова. – 2-е изд., стер.- М.: Академия, 2008.- 432с. 2.Спортивное плавание: путь к успеху: в 2 книгах / ред. В.Н.Платонов.-Кн.1.-	Опрос. Микрозачёт.

		дельфин, брасс. Упражнения для изучения старта и поворотов. Старт из воды с тумбочки, из воды. Скоростные повороты. Старты и повороты, выполняемые при прохождении соревновательных дистанций различными способами плавания.	Киев : Олимпийская панорама, 2011. - 480 с. Видеозаписи.	
12-13	Методика обучения плаванию.	Практико-методическое занятие (4 часа). Знакомство с методикой начального обучения плаванию, основными средствами, применяемыми на данном этапе. Подготовительные упражнения для ознакомления с водой. Простейшие прыжки в воду. Упражнения для изучения техники движений ногами, дыхания, руками при плавании облегченными способами. Упражнения для изучения согласования движений рук и дыхания. Упражнения для изучения полной координации движений рук, ног и дыхания (при плавании на груди и спине). Анализ типичных ошибок, возникающих при их выполнении. Составление комплексов общеразвивающих и специальных физических упражнений имитационного характера в связи с изучением техники различных способов спортивного плавания. Общеразвивающие и специальные упражнения. Подготовительные упражнения для освоения с водой: погружения, всплытия, лежания, открывания глаз в воде. Скольжения, выдохи в воду. Простейшие прыжки в воду, спады, соскоки. Имитационные упражнения на суше, в воде с опорой на месте, в воде с опорой и в движении, в воде без опоры в движении.	Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учеб. пособ. для ст-тов вузов / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов ; ред. Н.Ж.Булгакова. – 2-е изд., стер.- М.: Академия, 2008.- 432с. 2.Спортивное плавание: путь к успеху: в 2 книгах / ред. В.Н.Платонов.-Кн.1.- Киев : Олимпийская панорама, 2011. - 480 с. Программы массового обучения плаванию в плавательном бассейне (для детей различного возраста и взрослого населения, исходя из причин неумения человека плавать).	Опрос. Дифференцированная оценка.
14-15	Игры в обучении плаванию.	Практико-методическое занятие (4 часа). Игра, как основной вид деятельности дошкольника. Место игры в жизни школьника младшего и среднего возраста. Применение игр в период освоения с водной средой. Применение игр на этапе освоения техники плавания. Методические указания к проведению игр в обучении	Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учеб. пособ. для ст-тов вузов / Н.Ж. Булгакова, С.Н.	Опрос. Дифференцированная оценка.

		плаванию. Содержание игр, используемых в обучении плаванию (этап освоения с водной средой). Составить план-конспект игрового урока по обучению плаванию (обучение через игры). Игры и развлечения на воде: игры на погружение, всплытие, лежание, открывание глаз в воде, скольжение, выдохи в воду. Игры типа «убегай-догоняй», с мячом, эстафеты, командные игры.	Морозов, О.И. Попов ; ред. Н.Ж.Булгакова. – 2-е изд., стер.- М.: Академия, 2008.- 432с. 2.Спортивное плавание: путь к успеху: в 2 книгах / ред. В.Н.Платонов.-Кн.1.- Киев : Олимпийская панорама, 2011. - 480 с.	
16.	Прикладное плавание.	Лекция (2 часа). Понятие «прикладное плавание». Прикладность навыков плавания и ныряния. Прикладное плавание как профессионально-прикладная подготовка. Классификация прикладного плавания. Спасение тонущих. Выбор способов плавания и ныряния. Техника плавания способом на боку и брассом на спине. Приемы, обеспечивающие ныряние в глубину и длину.	Литература: 1. Плавание: теория и методика избранного вида спорта. Курс лекций : учеб. пособие / ред. А.И. Погребной. - Краснодар : КГУФКСТ, 2008. – 448 с. 2. Попов О. И. Основы построения тренировки квалифицированных пловцов : учеб. Пособие / О. И. Попов, В. В. Смирнов. –М. : РГУФК, 2007. – 92 с.	Опрос. Дифференцированная оценка.
17-18	Прикладное плавание.	Практическое занятие (4 часа). Краткие сведения о прикладных способах плавания. Техника плавания способами на боку и брасс на спине. Основные закономерности движения ногами, руками, дыхания. Изучение различных вариантов согласования движений. Плавание в полной координации. Техника погружения и всплытия. Освоение последовательности действий при спасении вплавь. Страховка при нырянии в длину и глубину. Задержка дыхания.	Литература: 1.Плавание: теория и методика избранного вида спорта. Курс лекций : учеб. пособие / ред. А.И. Погребной. - Краснодар : КГУФКСТ, 2008. – 448 с. 2.Попов О. И. Основы построения тренировки	Опрос. Дифференцированная оценка. Контрольная работа №3 по теме «Прикладное плавание».

		Способы оказания помощи пострадавшему. Действия спасателя при спасении и различных условиях. Способы длительного удержания тела на поверхности воды. Освобождение от захватов тонущего, транспортировка тонущего. Ныряние в длину и глубину. Поиск предметов на глубине. Контрольная работа №3 по теме «Прикладное плавание».	квалифицированных пловцов : учеб. Пособие / О. И. Попов, В. В. Смирнов. –М. : РГУФК, 2007. – 92 с. Карточки с контрольной работой №3.	
19	Средства и методы обучения плаванию.	Практико-методическое занятие (2 часа). Составление комплексов общеразвивающих и специальных упражнений имитационного характера в связи с изучением техники различных способов плавания. Изучение программ начального обучения спортивным способам плавания. Упражнения, выполняемые на гимнастической стенке, с резиновыми амортизаторами и др. Подготовительные упражнения для освоения с водой: погружения, всплытия, лежания, открывание глаз в воде, скольжения, выдохи в воду. Простейшие учебные прыжки в воду: спады соскоки, прыжки. Упражнения для изучения техники спортивных способов плавания по комплексному методу (параллельно-последовательному).	Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учеб. пособ. для ст-тов вузов / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов ; ред. Н.Ж.Булгакова. – 2-е изд., стер.- М.: Академия, 2008.- 432с. 2.Спортивное плавание: путь к успеху: в 2 книгах / ред. В.Н.Платонов.-Кн.1.- Киев : Олимпийская панорама, 2011. - 480 с. Видеозаписи стилей спортивного плавания.	Опрос. Дифференцированная оценка.
20-21	Организация обучения плаванию в естественном водоеме.	Практико-методическое занятие (4 часа). Выбор места. Оборудование учебного пункта. Методика обучения на естественном водоеме. Техника безопасности.Правила входа в воду и выхода из воды. Формы организации занятий на естественном водоеме. Проверка плавательной подготовленности. Подготовительные и общеразвивающие упражнения на суше. Упражнения для освоения с водой, обучение дыханию, обучение способам плавания, обучение движениям ног, обучение движению рук.	Литература: 1.Попов О. И. Основы построения тренировки квалифицированных пловцов : учеб. Пособие / О. И. Попов, В. В. Смирнов. –М. : РГУФК, 2007. – 92 с. 2.Франченко А. С. Техническая подготовка	Опрос. Дифференцированная оценка. Контрольная работа №4 по теме « Средства и методы обучения плаванию».

		Система оценок (освоения учащимися учебного материала). Контрольная работа №4 по теме « Средства и методы обучения плаванию».	юных пловцов на основе оптимизации движений в целостной структуре спортивных способов плавания : учеб. пособие / А.С. Франченко, Е.Н. Мироненко, В.В. Сухинин. - Омск : СибГУФК, 2008. – 89 с Инвентарь и наглядные пособия.	
22-23	Реализация основных принципов обучения в учебном процессе; эволюция методики обучения плаванию.	Практико-методическое занятие (4 часа). Общие основы обучения и воспитания. Обучение и тренировка – единый учебно-воспитательный процесс. Эволюция методики обучения плаванию Целостно-раздельный метод, как отражение многолетнего практического опыта работы по обучению плаванию в нашей стране и за рубежом. Схема постепенного уменьшения площади опоры при изучении каждого упражнения. Принцип расчленения техники способа плавания на элементы и последовательность их соединения в целостный способ плавания. Разработка комплексного метода обучения технике спортивных способов плавания. Характеристика современных систем комплексного обучения технике спортивных способов плавания. Массовое обучение плаванию и обучение плаванию с задачей дальнейшего спортивного совершенствования. Программы по физическому воспитанию для детей и подростков в общеобразовательных школах, летних оздоровительных лагерях. Принципы комплектования учебных групп по плаванию. Особенности выбора спортивного способа плавания с учетом типовых характеристик контингента. Техника плавания способами кроль на груди и спине, дельфин, брасс. Упражнения на суше и в воде для освоения и	Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учеб. пособ. для ст-тов вузов / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов ; ред. Н.Ж.Булгакова. – 2-е изд., стер.- М.: Академия, 2008.- 432с. 2.Спортивное плавание: путь к успеху: в 2 книгах / ред. В.Н.Платонов.-Кн.1.- Киев : Олимпийская панорама, 2011. - 480 с. 3. Попов О. И. Основы построения тренировки квалифицированных пловцов : учеб. Пособие / О. И. Попов, В. В. Смирнов. –М. : РГУФК,	Опрос. Дифференцированная оценка.

		совершенствования рациональных вариантов техники плавания способами кроль на груди и спине, дельфин, брасс. Освоение упражнений по совершенствованию техники движений руками и дыхания, движений ногами, положения тела и движений туловищем, согласования движений рук, ног, туловища и дыхания. Упражнения для исправления недостатков и ошибок в технике плавания спортивными способами. Упражнения для освоения и совершенствования техники рациональных вариантов стартов и поворотов при плавании спортивными способами. Упражнения на суше и в воде для исправления недостатков и ошибок в технике выполнения стартов и поворотов. Упражнения для освоения и совершенствования отдельных сторон элементов движений, характерных для комплексного плавания. Упражнения для освоения техники выполнения поворотов, используемых в комплексном плавании. Упражнения для освоения техники выполнения стартов при эстафетном плавании.	2007. – 92 с. 4.Франченко А. С. Техническая подготовка юных пловцов на основе оптимизации движений в целостной структуре спортивных способов плавания : учеб. пособие / А.С. Франченко, Е.Н. Мироненко, В.В. Сухинин. - Омск : СибГУФК, 2008. – 89 с	
24-25	Факторы, определяющие содержание и эффективность обучения плаванию. Теоретические основы обучения двигательным действиям в плавании.	Практико-методическое занятие (4 часа). Факторы, определяющие содержание программы обучения плаванию. Цели и задачи, стоящие перед курсом обучения. Продолжительность курса обучения. Контингент занимающихся, его возраст и подготовленность. Условия занятий. Квалификация преподавателя. Выбор способа плавания для начального обучения. Обучение плаванию детей. Обучение плаванию взрослых. Анализ различных программ обучения в зависимости от условий, в которых она реализуется и возраста занимающихся. Особенности выбора спортивного способа плавания для взрослых людей, пожилых в профессионально-прикладной деятельности с учетом типовых характеристик контингента. Основные задачи, решаемые в процессе обучения плаванию.	Литература: 1.Попов О. И. Основы построения тренировки квалифицированных пловцов : учеб. Пособие / О. И. Попов, В. В. Смирнов. –М. : РГУФК, 2007. – 92 с. 2.Франченко А. С. Техническая подготовка юных пловцов на основе оптимизации движений в целостной структуре спортивных способов плавания : учеб. пособие	Опрос. Дифференцированная оценка.

		Характеристика этапов обучения: 1-й этап, 2-й этап, 3-й этап. Цель, задачи, средства, методы, характерные ошибки, возникающие на каждом из этапов, пути их устранения и предупреждения, оценивание техники выполнения упражнения на данном этапе. Оценка техники, как метод воспитания у занимающихся мотивационных основ и уверенности в своих силах.	/ А.С. Франченко, Е.Н. Мироненко, В.В. Сухинин. - Омск : СибГУФК, 2008. – 89 с	
26-27	Особенности занятий плаванием с различным контингентом (с детьми школьного возраста)	Практико-методическое занятие (4 часа). Оптимальный возраст для начала занятий плаванием. Причины отсева среди детей, начинающих заниматься плаванием. Плавание как наиболее адекватный вид спорта для детей, средство гармонического физического развития, формирования осанки, укрепления сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем организма. Особенности телосложения и физической подготовленности детей и подростков, обуславливающие высокие спортивные достижения в плавании. Организация работы по обучению плаванию детей в общеобразовательных школах и абонементных группах.	Литература: 1.Попов О. И. Основы построения тренировки квалифицированных пловцов : учеб. Пособие / О. И. Попов, В. В. Смирнов. –М. : РГУФК, 2007. – 92 с. 2.Франченко А. С. Техническая подготовка юных пловцов на основе оптимизации движений в целостной структуре спортивных способов плавания : учеб. пособие / А.С. Франченко, Е.Н. Мироненко, В.В. Сухинин. - Омск : СибГУФК, 2008. – 89 с	Опрос.
28	Особенности занятий плаванием с различным контингентом (детьми грудного возраста и дошкольниками)	Практико-методическое занятие (2 часа). Практический разбор содержания основных этапов обучения плаванию (срок обучения, количество занятий, продолжительность занятий, температура воды). Условия проведения занятий по плаванию с детьми дошкольного возраста (детские сады, «лягушатники», специализированные бассейны). Формы проведения занятий по плаванию с детьми дошкольного возраста. Проведение занятий по плаванию с детьми дошкольного возраста в абонементных группах бассейна.	Литература: 1.Попов О. И. Основы построения тренировки квалифицированных пловцов : учеб. Пособие / О. И. Попов, В. В. Смирнов. –М. : РГУФК, 2007. – 92 с. 2.Франченко А. С.	Опрос. Дифференцированная оценка.

			Техническая подготовка юных пловцов на основе оптимизации движений в целостной структуре спортивных способов плавания : учеб. пособие / А.С. Франченко, Е.Н. Мироненко, В.В. Сухинин. - Омск : СибГУФК, 2008. – 89 с	
29	Особенности занятий плаванием с различным контингентом (с женщинами и лицами пожилого возраста)	Практико-методическое занятие (2 часа). Анатомические и физиологические особенности организма женщин. Формирование двигательных навыков у девочек и девушек при занятиях плаванием, методика проведения учебно-тренировочных занятий с учетом волнообразного изменения функционального состояния организма женщин, средства и методы развития физических качеств и технического мастерства пловчих в годичном цикле тренировки. Биомеханические особенности женщин-спортсменок. Сравнительный анализ двигательных возможностей в плавании мужчин и женщин. Биомеханические особенности выполнения движений у женщин. Традиционные средства оздоровительного плавания для взрослого населения. Формы организации занятий для взрослых по новым технологиям.	Литература: 1.Попов О. И. Основы построения тренировки квалифицированных пловцов : учеб. Пособие / О. И. Попов, В. В. Смирнов. –М. : РГУФК, 2007. – 92 с. 2.Франченко А. С. Техническая подготовка юных пловцов на основе оптимизации движений в целостной структуре спортивных способов плавания : учеб. пособие / А.С. Франченко, Е.Н. Мироненко, В.В. Сухинин. - Омск : СибГУФК, 2008. – 89 с	Опрос. Дифференцированная оценка.
30-31	Оздоровительно-реабилитационное плавание	Практико-методическое занятие (4 часа). Массовые оздоровительные формы занятий плаванием: среди населения среднего и старшего возраста, в системе лечебно-профилактических учреждений, в системе организованного отдыха. Знакомство с организацией оздоровительных групп по плаванию в бассейнах различных ведомств и организаций.	Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учеб. пособ. для ст-тов вузов / Н.Ж. Булгакова, С.Н.	Опрос. Дифференцированная оценка. Микрозачёт по проведению занятий (фрагментов).

		Проведение занятий в реабилитационно - оздоровительных группах в бассейне с детьми и взрослыми.	Морозов, О.И. Попов ; ред. Н.Ж.Булгакова. – 2-е изд., стер.- М.: Академия, 2008.- 432с.	
32	Организация занятий оздоровительного плавания по новым технологиям	Лекция (2 часа). Использование в оздоровительном плавании разнообразных традиционных и нетрадиционных физических упражнений в сочетании со строгой индивидуализацией нагрузки как в одном, так и в серии занятий оздоровительным плаванием. Нетрадиционные формы проведения занятий плаванием: гидроаэробика (аквааэробика), гидрошейпинг, гидропрофилактика и др. Технология построения занятий гидроаэробикой. Цель, классификация средств, упражнения, содержание занятий, структура занятий. Этапы разучивания упражнений.	Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учеб. пособ. для ст-тов вузов / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов ; ред. Н.Ж.Булгакова. – 2-е изд., стер.- М.: Академия, 2008.- 432с.	Опрос. Дифференцированная оценка.
33-34	Организация занятий оздоровительного плавания по новым технологиям	Практико-методическое занятие (4 часа). Проведение занятий гидроаэробикой с детьми (подготовительная, основная, заключительная части). Особенности проведения занятий гидроаэробикой с людьми зрелого возраста (границы индивидуальных величин рабочего пульса, упражнения, рекомендации, контроль, самоконтроль). Аквафитнес. Комплексы нетрадиционных упражнений (аквааэробика, аквамоушн, аква-джоггинг, тай-чи, гидро-тон, аква-стайл и т.д.). Подводные тренажеры. Проведение занятий (части занятия) по гидроаэробике для женщин. Проведение занятий (части занятия) по гидрошейпингу для мужчин и женщин. Проведение занятий (части занятий) с гидропрофилактической направленностью с детьми и взрослыми.	Литература: 1.Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учеб. пособ. для ст-тов вузов / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов ; ред. Н.Ж.Булгакова. – 2-е изд., стер.- М.: Академия, 2008.- 432с.	Опрос. Дифференцированная оценка. Микрозачёт по проведению занятий (фрагментов).
35-36	Организация соревнований и массовых праздников на воде.	Практико-методическое занятие (4 часа). Виды соревнований по плаванию. Правила проведения соревнований. Судейство соревнований. Требования, предъявляемые к организации массовых праздников на воде. Подготовка плана-сценария с учётом правил техники безопасности. Распределение ролей. Финансирование праздников.	Литература: 1.Спортивное плавание: путь к успеху: в 2 книгах / ред. В.Н.Платонов.-Кн.1.- Киев : Олимпийская панорама, 2011. - 480 с.	Микрозачёт.

		Анализ плана-сценария массового праздника на воде, с учетом контингента участников и условий проведения праздника.	Варианты инвентаря и реквизита, применяемого в праздниках на воде, светового и звукового оформления. Видеозаписи праздников и соревнований.	
Теоретический зачёт (8 семестр)				
Раздел 6 «Атлетизм» (7 семестр)				
1.	Характеристика отдельных видов занятий силовыми упражнениями	Лекция (2 часа). 1. Понятие об атлетической гимнастике. Классификация направлений в атлетизме. Техника упражнений силового троеборья. 2. История, развитие атлетической гимнастики в мире и России. 3. Спортивное, физкультурно-оздоровительное и реабилитационное разделение в атлетизме. Воспитательное, образовательное и оздоровительное значение атлетической гимнастики.	Мультимедийное сопровождение лекций. Основная и дополнительная литература: Андреев, В.Н. Атлетическая гимнастика / В.Н. Андреев, Л.В. Андреева.- М. ФиС, 2005 – 127 с.	Опрос по теме лекции в процессе занятий и на зачёте.
2	Средства, методы и организация тренировок в атлетической гимнастике и особенности ее преподавания.	Практическое занятие (2 часа). Методический разбор содержания физической подготовки в атлетической гимнастике. Средства развития силовых качеств, быстроты, скоростно-силовых качеств, выносливости, гибкости. Подбор упражнений атлетической гимнастики по методической направленности с учётом подготовленности занимающихся.	Литература: Виноградов, Г. П. Атлетизм: теория и методика тренировки: учеб. для вузов / Г.П. Виноградов. - М.: Советский спорт, 2009. - 328 с.	Опрос по теме.
3.	Средства, методы и организация тренировок в атлетической гимнастике и особенности ее	Лекция (2 часа) 1. Классификация средств и методов спортивной тренировки в атлетической гимнастике. 2. Упражнения на развитие отдельных групп мышц с использованием различных средств. 3. Физическая подготовка в атлетической гимнастике.	Мультимедийное сопровождение лекций. Основная и дополнительная литература: Виноградов, Г. П.	Опрос по теме лекции в процессе занятий и на зачёте.

	преподавания.		Атлетизм: теория и методика тренировки: учеб. для вузов / Г.П. Виноградов. - М.: Советский спорт, 2009. - 328 с.	
4.	Средства, методы и организация тренировок в атлетической гимнастике и особенности ее преподавания.	Практическое занятие (2 часа). Методы развития. Режимы выполнения силовых упражнений. Упражнения общего, регионального и локального воздействия. Контрольная работа № 1 по теме «Средства, методы и организация тренировок в атлетической гимнастике и особенности ее преподавания»	Карточки с контрольной работой №1. Литература: Виноградов, Г. П. Атлетизм: теория и методика тренировки: учеб. для вузов / Г.П. Виноградов. - М.: Советский спорт, 2009. - 328 с.	Контрольная работа № 1 по теме «Средства, методы и организация тренировок в атлетической гимнастике и особенности ее преподавания»
5.	Основы техники упражнений атлетического троеборья и правила соревнований.	Лекция (2 часа). Техника выполнения упражнений атлетической гимнастики. Классификация соревнований. Организация и правила проведения соревнований. Возрастные категории, весовые категории. Судейство соревнований. Определение победителей и призеров соревнований в атлетической гимнастике.	Мультимедийное сопровождение лекций. Основная и дополнительная литература: Кочетков, М. А. Бодибилдинг. Атлетизм. Гиревой спорт / М.А. Кочетков. - М. : АСТ; Астрель; Полиграфиздат, 2010. - 512 с.	Опрос по теме лекции в процессе занятий и на зачёте.
6-10	Основы техники упражнений атлетического троеборья и правила соревнований.	Практические занятия (10 часов). 1. Разучивание техники приседания: стартовое положение; хват, захват, присед, вставание, фиксация, установка штанги на стойки 2. Разучивание техники жима, лежа: стартовое положение, хват, захват, снятие штанги со стоек, опускание на грудь, жим с груди, установка на стойки. 3. Разучивание техники становой тяги: стартовое	Плакаты, журналы, рисунки Карточки с контрольной работой №2. Литература: Кочетков, М. А. Бодибилдинг. Атлетизм. Гиревой спорт / М.А.	Микрозачет за по демонстрации техники силового троеборья Карточки с контрольной работой №2 по теме «Основы техники упражнений

		положение, хват, захват, расположение стоп, тяга, фиксация, опускание штанги на помост. 4. Совершенствование техники упражнений атлетического троеборья. 5. Контрольная работа №2 по теме «Основы техники упражнений атлетического троеборья и правила соревнований»	Кочетков. - М. : АСТ; Астрель; Полиграфиздат, 2010. - 512 с.	атлетического троеборья и правила соревнований».
11.	Методика проведения занятий по атлетической гимнастике различными группами занимающихся.	Лекция (2 часа) 1. Особенности тренировок подростков и юношей. Тренировки людей старше 40 лет. Особенности женских тренировок. 2. Использование средств атлетической гимнастики при различных заболеваниях.	Мультимедийное сопровождение лекций. Основная и дополнительная литература: Виноградов, Г. П. Атлетизм: теория и методика тренировки: учеб. для вузов / Г.П. Виноградов. - М.: Советский спорт, 2009. - 328 с.	Опрос по теме лекции в процессе занятий и на зачёте.
12-14	Методика проведения занятий по атлетической гимнастике различными группами занимающихся.	Практические занятия (6 часов). Методический разбор, анализ содержания занятий (или его фрагментов) с контингентом различного возраста и пола. Овладение приёмами регулирования нагрузки, оценки уровня подготовленности, состояния занимающихся атлетической гимнастикой. Практика подбора и проведения упражнений с учётом имеющихся медицинских противопоказаний.	Основная и дополнительная литература: Виноградов, Г. П. Атлетизм: теория и методика тренировки: учеб. для вузов / Г.П. Виноградов. - М.: Советский спорт, 2009. - 328 с.	Дифференцированная оценка
15	Урок по атлетической гимнастике.	Лекция (2 часа). Структура урока по атлетической гимнастике. Организации и проведении подготовительной, основной, заключительной частей урока. Подготовка мест для занятий, инвентаря для успешного проведения урока. Последовательность обучения классическим упражнениям: рывок штанги, приседание со штангой, жим штанги лежа, становая тяга. Методика разучивания техники приседания, жима лежа и тяги штанги.	Мультимедийное сопровождение лекций. Основная и дополнительная литература: Основная и дополнительная литература: Виноградов, Г. П. Атлетизм: теория и	Опрос по теме лекции в процессе занятий и на зачёте.

			методика тренировок: учеб. для вузов / Г.П. Виноградов. - М.: Советский спорт, 2009. - 328 с.	
16-28	Урок по атлетической гимнастике.	Практические занятия (26 часов). Проведение урока по атлетической гимнастике студентами. Демонстрация умений и навыков в организации и проведении подготовительной, основной, заключительной частей урока. Составление комплексов упражнений для развития силовых качеств с использованием различных средств (тренажеры, гантели, резиновые амортизаторы, фитболы и т.д.). Составление комплексов упражнений при заболевании сердечно-сосудистой системы, суставов и позвоночника, дыхательной системы. Демонстрация умений и навыков силового троеборья. Подготовка мест для занятий. Инвентаря для успешного проведения урока по атлетической гимнастике.	Карточки с заданиями по учебной практике. Основная и дополнительная литература: Основная и дополнительная литература: Виноградов, Г. П. Атлетизм: теория и методика тренировок: учеб. для вузов / Г.П. Виноградов. - М.: Советский спорт, 2009. - 328 с.	Микрозачёт по за проведение урока. Микрозачёт по силовому троеборью.
ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ЗАЧЁТ				

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

Раздел «Музритмика»

Контрольные вопросы

1. Основные требования к физической подготовленности в современных условиях.
2. Утренняя физическая зарядка (цель, задачи, продолжительность и возможные варианты)
3. Особенности физических упражнений в процессе учебной деятельности.
4. Самостоятельная физическая тренировка (цель, задачи и содержание).
5. Сила как физическое качество и методы ее развития.
6. Выносливость как физическое качество и методы ее развития.
7. Быстрота и методы ее развития.
8. Ловкость (гибкость, координация) и методы ее развития.
9. Самоконтроль в процессе выполнения физических упражнений.
10. Меры по предупреждению травматизма при выполнении физических упражнений.
11. Цель, задачи, содержание и особенности спортивно-массовой работы.
12. Цель, задачи и содержание оздоровительной работы.
13. Организация и проведение (судейство) спортивных соревнований.
14. Организация и проведение туристских походов и экскурсий.
15. Использование средств физической культуры, спорта и туризма для оздоровления.
16. Проверка и оценка физической подготовленности (общие положения, индивидуальная оценка физической подготовленности).

Заданий для самостоятельной работы

Задание № 1.

- а) Двигаться в полуприседе, руки в стороны под музыку 4/4; 3/4; 2/4.
- б) Двигаться на носках, руки вперед под музыку 4/4; 3/4; 2/4.
- в) Двигаться прыжками на двух, на одной, прыжками ноги врозь, ноги вместе под музыку 4/4; 3/4; 2/4.

Где удобней выполнять движения.

Задание № 2. Прослушать музыку различного характера и подобрать к ней движения: Объяснить разницу в подборе движений.

Задание № 3. Игра « Кто внимательней? »

Учащиеся делятся на две команды. Команды двигаются по кругу, выполняя определённые шаги, поворачиваются кругом при каждой новой музыке. Ошибается тот, кто опаздывает повернуться и начать движение, получает штраф. Команда, набравшая больше штрафных очков – проиграла.

Задание № 4. Определить направление мелодического рисунка и выразить движениями: В. Ребиков «Колыбельная » или А. Бабаджанян « Торжественная »

- И.п. – полуприсед, руки назад-книзу, небольшой наклон туловища вперед
- 1-4 – 4 небольших шага вперед, выпрямляясь и поднимая руки вверх
- 5 – ст. на носках, резкий наклон головы назад, кисти назад ладонями кверху
- 6-7 – медленный полуприсед, руки плавно опускаются назад
- 8 – И.п

Задание № 5. Нарисовать мелодию рукой, отражая повышение и понижение звуков движениями вверх и вниз.

Задание № 6. При повышении мелодии – ходьба вперед, при понижении – назад.

Задание № 7. Во время понижения мелодии – присесть, повышении – встать.

Задание № 8. Игра « Запомни мелодию »

Участники делятся на команды по 4 человека и строятся колоннами. Каждый участник запоминает свою мелодию:

- 1 – вальс

- 2 – полька
- 3 – марш
- 4 – мазурка

На расстоянии 8-10 шагов ставится стул. Услышав свою мелодию, игрок бежит вокруг стула и на своё место, если мелодия не прекратилась, то игрок повторяет свои действия. Участник, выполнивший задание 1-м приносит очко своей команде; 2-й – 2; 3-й – 3; 4-й – 4.

Выигрывает команда, набравшая меньшее количество очков.

Варианты: движения прыжками на двух, подскоками, галопом.

Задание № 9. Просчитать музыкальные произведения различных размеров: 3/4; 2/4; 4/4; 6/8.

Задание № 10. Двигаться под марш, начиная правой ногой, затем левой. Объяснить разницу.

Задание № 11. Под музыку - 3/4; 2/4; 4/4 выполнить на сильную долю – хлопок, на слабую – руки в стороны.

Задание № 12. Под музыку - 3/4; 2/4; 4/4 выполнить хлопки на все доли музыки, кроме сильной.

Задание № 13. Определить такт в польке, марше, мазурке, вальсе, русском и т. д.

Задание № 14. Отхлопать сильные доли произведений разных размеров - 3/4; 2/4; 4/4.

Задание № 15. Муз. Р-р. – $\frac{3}{4}$

- 1 такт – шаг вперёд
- 2 такт – поворот кругом
- 3 такт – шаг назад
- 4 такт – поворот кругом

Задание № 16. Муз. Р-р. – 4/4

- 1-2 такты – ходьба
- 3 такт – стойка
- 4 такт – хлопки

Задание № 17. Муз. Р-р. – 2/4

- 1 такт – стойка
- 2 такт – 2 хлопка
- 3 такт – поворот на 180°
- 4 такт – шаг правой, приставить левую

Задание № 18. Игра: «передача мяча по кругу»

Участники стоят по кругу, у одного игрока – мяч (можно 2,3 мяча). Звучит музыка различного темпа: медленный темп – передать мяч соседу влево, умеренный – бросить соседу влево, быстрый – катить по полу в произвольном направлении.

Участники, допустившие ошибки, выбывают из игры. Победитель – не допустивший ошибок в определении темпа.

Задание № 19. При громком звучании музыки идти: а) высоким шагом; б) скачками, При тихом: а) мягким; б) принять статичную позу.

Задание № 20. Лёгкий бег на носках – в высоком регистре, высокий бег – в среднем регистре, широкий бег – в низком регистре.

Задание № 21. Муз. Р-р. – 4/4; 2/4; 3/4

- 1-ая фраза – хлопать
- 2-ая фраза – шагать
- 3-ая фраза – хлопать
- 4-ая фраза – шагать

Задание № 22.

Полька – каждая фраза (8 счётов по тактам, размер 3/4) новое движение. 16 счётов предложение.

Задание № 23.

Вальс – каждая фраза (8 счётов по тактам, размер 3/4) новое движение. 16 счётов предложение.

Задание № 24.

Обучение и совершенствование основных движений танцев: соединить движения в комбинацию на 16 счётов. Провести на группе.

Полька: подскоки, шаг польки, подскоки с поворотами, галопа, движения в парах.

Русский танец: русский шаг, припадания, «ковырялочка», «моталочка», постановка рук.

Вальс: шаги вальса с продвижением вперёд, в сторону, назад, по квадрату, с поворотом.

Молдавский танец: бег сгибая ноги назад, основной ход, шаги в сторону с выставлением ноги на носок.

Украинский танец: прыжок «тынок», «бегунец», «голубец», положение рук, корпуса.

Раздел «Лёгкая атлетика»

Контрольные вопросы

1. Возникновение и развитие легкой атлетики.
2. Этапы развития тренировки в легкой атлетики.
3. Эволюция техники легкоатлетических упражнений.
4. Современное состояние, проблемы и тенденции развития легкой атлетики.
5. Чем отличается спортивная ходьба от обычной?
6. Какова частота движений в спортивной ходьбе?
7. Какова длина шагов в спортивной ходьбе?
8. Назовите основные угловые характеристики спортивной ходьбы.
9. За что могут дисквалифицировать спортсмена-ходока?
10. Влияние длины и частоты беговых шагов на результат в беге на средние дистанции?
11. Угол постановки ноги на дорожку в беге на средние дистанции и его влияние на результат.
12. Угол отталкивания в беге на средние дистанции и его влияние на результат.
13. Угол вылета в беге на средние дистанции и его влияние на результат.
14. Силы действующие на спортсмена во время бега.
15. От чего зависит результат в беге на средние дистанции?
16. Коэффициент техничности и его влияние на результат в беге.
17. Тактические действия спортсмена при пробегании дистанции.
18. Последовательность задач обучения в беге на средние дистанции.
19. Ошибки при обучении технике бега на средние дистанции и способы их устранения.
20. Состав судейской бригады на финише и их обязанности.
21. Состав судейской бригады на старте и их обязанности.
22. Определение победителей в беге на средние дистанции.
23. Влияние уровня развития выносливости на результат в беге на средние дистанции.
24. Расскажите об особенностях техники бега в зависимости от конфигурации и рельефа местности?
25. Влияние длины и частоты беговых шагов на результат в спринте?
26. Угол постановки ноги на дорожку в беге на короткие дистанции и его влияние на результат.
27. Угол отталкивания в беге на короткие дистанции и его влияние на результат.
28. Угол вылета в беге на короткие дистанции и его влияние на результат.
29. Силы действующие на спортсмена во время бега.
30. От чего зависит результат в беге на короткие дистанции?
31. Последовательность задач обучения в беге на короткие дистанции.
32. Ошибки при обучении технике бега на короткие дистанции и способы их устранения.
33. Состав судейской бригады на финише и их обязанности.

34. Состав судейской бригады на старте и их обязанности.
35. Определение победителей в беге на короткие дистанции
36. Влияние ритма шагов разбега на результат в метании мяча?
37. Угол вылета и его влияние на результат в метании мяча.
38. Угол местности и его влияние на результат в метании мяча.
39. Скорость вылета снаряда и ее влияние на результат в метании мяча.
40. Влияние уровня технической подготовленности на результат в метании мяча.
41. Последовательность задач обучения в метании мяча.
42. Ошибки при обучении технике метания мяча и способы их устранения.
43. Состав судейской бригады в метаниях и их обязанности.
44. Определение победителей в метании мяча.
45. Влияние ритма шагов разбега на результат в метании гранаты?
46. Угол вылета и его влияние на результат в метании гранаты.
47. Угол местности и его влияние на результат в метании гранаты.
48. Скорость вылета снаряда и ее влияние на результат в метании гранаты.
49. Влияние уровня технической подготовленности на результат в метании гранаты.
50. Последовательность задач обучения в метании гранаты.
51. Ошибки при обучении технике метания гранаты и способы их устранения.
52. Состав судейской бригады в метаниях и их обязанности.
53. Определение победителей в метании гранаты.
54. Какие способы полетной части прыжка в высоту различают?
55. Количество беговых шагов в разбеге в прыжках в высоту?
56. Длина последнего шага в разбеге и его влияние на результат в прыжках в высоту?
57. Угол постановки ноги на место отталкивания и его влияние на результат в прыжках в высоту.
58. Угол отталкивания и его влияние на результат в прыжках в высоту.
59. Угол вылета и его влияние на результат в прыжках в высоту.
60. От чего зависит результат прыжка в высоту?
61. Последовательность задач обучения прыжкам в высоту способом «перешагивание».
62. Ошибки при обучении технике прыжка в высоту в разбеге и способы их устранения.
63. Ошибки при обучении технике прыжка в высоту в отталкивании и способы их устранения.
64. Состав судейской бригады в прыжках в высоту.
65. Личные места участников соревнований в прыжках в высоту (определение победителей)
66. От чего зависит точность разбега в прыжках в высоту?
67. Маховые действия спортсмена при отталкивании и их влияние на результат в прыжках в высоту.
68. К какой задаче при обучении можно отнести упражнение «прыжки в высоту с нескольких шагов разбега с активной постановкой ноги на место отталкивания»?
69. Какие способы полетной части прыжка в длину различают?
70. Количество беговых шагов в разбеге в прыжках в длину у мужчин?
71. Длина последнего шага в разбеге и его влияние на результат в прыжках в длину?
72. Угол постановки ноги на место отталкивания и его влияние на результат в прыжках в длину
73. Угол отталкивания и его влияние на результат в прыжках в длину
74. Угол вылета и его влияние на результат в прыжках в длину
75. От чего зависит дальность прыжка в длину?
76. Последовательность задач обучения прыжкам в длину способом «согнув ноги».
77. Ошибки при обучении технике прыжка в длину в разбеге и способы их устранения.
78. Ошибки при обучении технике прыжка в длину в отталкивании и способы их устранения.

79. Состав судейской бригады в прыжках в длину.
80. Личные места участников соревнований в прыжках в длину (определение победителей).
81. От чего зависит точность разбега?
82. Маховые действия спортсмена при отталкивании и их влияние на результат в прыжках в длину
83. Приземление в прыжках в длину и его влияние на результат в прыжках в длину
84. К какой задаче при обучении можно отнести упражнения « прыжки в длину с нескольких шагов разбега с активной постановкой ноги на место отталкивания»?
85. Влияние техники передачи эстафетной палочки на результат в эстафетном беге?
86. Влияние командных тактических действий спортсменов на результат в эстафетном беге.
87. Последовательность задач обучения в эстафетном беге.
88. Ошибки при обучении технике эстафетного бега и способы их устранения.
89. Состав судейской бригады на дистанции и их обязанности.
90. Определение победителей в эстафетном беге.
91. Силы действующие на снаряд.
92. Влияние разбега (скачка) на результат в толкании ядра.
93. Угол вылета снаряда и его влияние на результат в толкании ядра.
94. Угол местности и его влияние на результат в толкании ядра.
95. Скорость вылета снаряда и ее влияние на результат в толкании ядра.
96. Влияние уровня технической подготовленности на результат в толкании ядра.
97. Влияние уровня физической подготовленности на результат в толкании ядра.
98. Последовательность задач обучения в толкании ядра.
99. Ошибки при обучении технике толкания ядра и способы их устранения.
100. Состав судейской бригады в толкании ядра и их обязанности.
101. Определение победителей в толкании ядра.
102. Назовите периода, фазы, моменты в спортивной ходьбе и охарактеризуйте их.
103. Какие особенности имеют движения таза в спортивной ходьбе?
104. Как движутся руки и ноги во время спортивной ходьбы?
105. Назовите силы действующие на спортсмена во время ходьбы?
106. Какие положительные и отрицательные факторы влияют на результат в спортивной ходьбе?
107. Какие существенные различия и сходства в технике ходьбы и бега?
108. Назовите периода, фазы, моменты в беге и охарактеризуйте их.
109. Какие особенности имеют движения звеньев тела спортсмена в беге?
110. Назовите силы действующие на спортсмена во время бега?
111. Какие положительные и отрицательные факторы влияют на результат в беге?
112. Что обозначает коэффициент эффективности?
113. Перечислите фазы в легкоатлетических метаниях.
114. Силы действующие на снаряд.
115. Как влияют значения угла вылета и угла местности на результат в метаниях?
116. Расскажите о аэродинамических свойствах снарядов для метания.
117. Расскажите об особенностях техники в различных видах метаний.
118. Какие существуют сходства и различия в фазе финального усилия в метаниях?
119. Каковы особенности техники в метаниях у мужчин и женщин?
120. Какие существуют фазы в различных видах легкоатлетических прыжков?
121. Назовите механизм отталкивания в прыжках.
122. Перечислите основные факторы влияющие на результативность в прыжках.
123. Каковы основные отличия в технике прыжков у мужчин и женщин?
124. На что влияет угол постановки толчковой ноги во время отталкивания?
125. Что называют «углом вылета»?

126. Легкоатлетические средства и методы воспитания силовых способностей и особенности их проявления в различных вида легкой атлетики.

127. Легкоатлетические средства и методы воспитания скоростных и скоростно-силовых способностей и особенности их проявления в различных вида легкой атлетики.

128. Легкоатлетические средства и методы воспитания выносливости и особенности ее проявления в различных вида легкой атлетики.

129. Легкоатлетические средства и методы воспитания гибкости и особенности ее проявления в различных вида легкой атлетики.

130. Легкоатлетические средства и методы воспитания двигательного координационных способностей и особенности их проявления в различных вида легкой атлетики.

131. Возрастные особенности занятий легкоатлетическим упражнениями с детьми и подростками.

132. Формы, средства и методы занятий легкой атлетикой в зависимости от возраста и специализации в легкой атлетике.

133. Особенности обучения видам легкой атлетики в детском и подростковом возрасте.

134. Занятия легкоатлетическими упражнениями с детьми с ослабленным здоровьем.

135. Формы организации занятий легкой атлетикой с детьми и подростками в системе общеобразовательных школ, внешкольных учреждениях, учреждения дополнительного образования.

136. Особенности занятий легкоатлетическим упражнениями с женщинами.

137. Особенности занятий легкоатлетическим упражнениями в разном возрасте. Спортивное долголетие.

138. Формы, средства и методы занятий легкой атлетикой в зависимости от возраста, гендерных факторов и специализации в легкой атлетике.

139. Особенности обучения и тренировки женщин видам легкой атлетики.

140. Занятия легкоатлетическими упражнениями с лицами с ослабленным здоровьем в зависимости от их профессиональной деятельности, гендерных, возрастных, социальных и иных факторов.

141. Организации, проводящие соревнования.

142. Положение о соревнованиях.

143. Виды, характер и уровни соревнований.

144. Участники, представители, капитаны команд. Их права и обязанности.

145. Спортивный судья.

146. Места проведения соревнований в различных видах легкой атлетики.

147. Судейство соревнований в различных видах легкой атлетики.

Задания для самостоятельной работы

1. Во время проведения учебной практики, оценивается умения организовывать занимающихся.

2. Анализ части или в целом урока по легкой атлетики. (интерактивный метод обучения)

3. Составить комплекс ОРУ и специальных подводящих упражнений.

4. Разработать конспект подготовительной части урока по легкой атлетике (задания см. приложение).

5. Анализ урока по легкой атлетике. (Интерактивный метод обучения)

6. Провести подготовительную часть урока по легкой атлетике. (Интерактивный метод обучения)

7. Разработать конспект урока по легкой атлетике с решение 1 образовательной задачи (задания см. приложение).

8. Анализ урока по легкой атлетике. (Интерактивный метод обучения)

9. Провести урок по легкой атлетике. (Интерактивный метод обучения)

Раздел «Атлетизм»

Контрольные вопросы

1. Кто был основателем атлетического кружка в России?
2. В каком городе России впервые создали кружок атлетизма?
3. Для установки рекорда атлету, сколько дается дополнительно подходов?
4. Какое упражнение в атлетическом троеборье выполняется первым?
5. Бодибилдинг (обязательная программа) состоит из каких упражнений?
6. Соревнования должны проводиться на деревянном помосте какого размера?
7. Из каких упражнений состоит атлетическое троеборье?
8. Сколько подходов дается спортсмену в соревнованиях?
9. Старший судья располагается впереди помоста на каком расстоянии от его центра, в поле зрения атлета?
10. Кто осуществляет судейство на помосте?
11. После какой команды старшего судьи атлет опускает штангу на помост?
12. Сколько времени дается одному спортсмену на одну попытку?
13. Кто становится победителем в атлетическом троеборье?
14. У судей на соревнованиях находятся двухцветная сигнализация или двухцветные флажки каких цветов?
15. Атлетическое троеборье – это вид спорта, в котором спортсмены применяют какие упражнения?

Примерная тематика рефератов

Раздел 1 «Музритмика»

1. Музыка как часть культуры человека
2. Музыка в спорте
3. Функциональная музыка и её значение для оптимизации процесса решения педагогических задач
4. Музыкально-ритмическое воспитание в дошкольных образовательных учреждениях
5. Музыкально-ритмическое воспитание в средних общеобразовательных учреждениях
6. Ритмическая гимнастика как средство физического воспитания человека
7. История возникновения танца
8. Фольклорный танец как часть культуры различных народностей
9. Современное состояние и содержание классической хореографии
10. Эстрадно-бытовой танец как средство двигательной активности современного человека
11. Методика обучения танцевальным упражнениям
12. Особенности проведения урока хореографии с различным контингентом
13. Художественная гимнастика как ритмопластическое направление двигательной культуры человека
14. Фитнес-аэробика: современное состояние и тенденции развития
15. Спортивный бальный танец как средство физического воспитания человека.
16. Музыка и её значение в повышении эффективности уроков физической культуры.

Раздел 3 «Лёгкая атлетика»

1. Возникновение и этапы развития легкой атлетики в России и в мире;
2. Эволюция техники легкоатлетических видов;
3. Этапы развития тренировки;
4. История развития одного из видов легкой атлетики (вид по выбору);
5. Современное состояние и тенденции развития легкой атлетики.
6. Требования, предъявляемые к преподавателю и занимающимся в целях предупреждения травматизма;

7. Требования к местам занятий и инвентарю;
8. Виды травм и меры их предупреждения
9. Структура и характеристика двигательных качеств в легкой атлетике, их значение для достижения результатов.
10. Методика воспитания двигательных качеств быстроты
11. Методика воспитания двигательных качеств выносливости
12. Методика воспитания двигательных качеств силы
13. Методика воспитания двигательных качеств гибкости
14. Методика воспитания двигательных качеств ловкости
15. Средства и методы, используемые на занятиях с детьми и подростками.
16. Игровой метод обучения технике видов легкой атлетики.
17. Физиологическое обоснование занятий легкой атлетикой с детьми и подростками.

Раздел 4 «Самооборона»

1. «Актуальные вопросы личной безопасности».
2. «Правомерность использования средств самообороны».
3. «Самооборона от противника вооруженного ножом».
4. «Травматизм на занятиях по самообороне».
5. «Мотивы занятий по самообороне».
6. «Психологическая готовность к отражению нападения».
7. «Методики способов овладения жизненно важными умениями и навыками»

Перечень вопросов для теоретического зачета

Раздел 1 «Музритмика»

1. Предмет, задачи, место и значение музыкально-ритмического воспитания в системе физической культуры и спорта.
2. Основные средства и методические особенности курса музыкально-ритмического воспитания.
3. Элементы музыкальной грамоты: мелодия, ритм, метр, такт (определения, условные обозначения). Привести пример музыкального задания на освоения данного элемента музыкальной грамоты учащимися.
4. Элементы музыкальной грамоты: темп и динамические оттенки (определения, условные обозначения). Привести пример музыкального задания на освоения данного элемента музыкальной грамоты учащимися.
5. Элементы музыкальной грамоты: период, предложение, фраза, такт (нарисовать схему) Привести пример музыкального задания на освоения данного элемента музыкальной грамоты учащимися.
6. Классификация и характеристика основных хореографических упражнений дисциплины «Музыкально-ритмическое воспитание».
7. Место, значение основы техники выполнения хореографических упражнений.
8. Классификация и краткая характеристика основных групп упражнений художественной гимнастики без предмета.
9. Место, значение и основы техники выполнения пружин, взмахов, волн.
10. Место, значение и основы техники выполнения равновесий.
11. Место, значение и основы техники выполнения прыжков.
12. Место, значение и основы техники выполнения поворотов.
13. Классификация и краткая характеристика танцевальных упражнений дисциплины «Музыкально-ритмическое воспитание».
14. Основы техники выполнения приставного, переменного шагов, шагов галопа и польки. Последовательность обучения.

15. Основы техники выполнения русского шага, припадания, «ковырялочки». Последовательность обучения.
16. Основы техники выполнения шаг вальса (модификации его выполнения и последовательность обучения).
17. Значение музыкального сопровождения на занятиях по музритмике и требования предъявляемые к нему.
18. Место, значение и краткая характеристика упражнений художественной гимнастики с обручем.
19. Место, значение и краткая характеристика упражнений художественной гимнастики с мячом.
20. Место, значение и краткая характеристика упражнений художественной гимнастики с мячом с лентой.
21. Составить и записать танцевальную комбинацию на 8 тактов с элементами русского танца.
22. Составить и записать танцевальную комбинацию на 8 тактов с элементами вальса.
23. Составить и записать танцевальную комбинацию на 8 тактов с элементами польки.
24. Разработать и записать игру по формированию чувства ритма для детей младшего школьного возраста.
25. Разработать и записать игру на формирование умения отражать характер музыкального произведения для дошкольников.
26. Разработать и записать игру на формирование на развитие музыкальной памяти для детей младшего школьного возраста.
27. Требования, предъявляемые к преподавателю при проведении упражнений под музыку. Правила подачи команд с музыкальным сопровождением.

Раздел 2 «Лыжный спорт»

1. Лыжный спорт и лыжная подготовка. Характеристика и отличия
2. Значение и задачи лыжного спорта
3. Виды лыжного спорта и их характеристика
4. Классификация способов передвижения на лыжах
5. История происхождения лыж.
6. История развития лыжного спорта в России.
7. Участие лыжников-гонщиков России в международных соревнованиях и Олимпийских играх.
8. Классификация лыж, их устройство, значение.
9. Устройство лыжных креплений, палок, их хранение и ремонт.
10. Выбор лыж в зависимости от веса и роста занимающихся.
11. Лыжные мази и их применение.
13. Понятие о технике лыжного спорта.
15. Характеристика сил, действующих на лыжника при передвижении.
16. Характеристика отдельных положений и движений в цикле хода.
 - а) цикл лыжного хода, продолжительность, длина цикла;
 - б) опорная маховая нога; толчковая маховая рука;
 - в) пережат, прокат;
 - г) структура движений, темп, ритм движений.
17. Действия в скользящем шаге:
 - а) толчок ногой (лыжей);
 - б) толчок рукой (палкой).
18. Анализ техники попеременного двухшажного хода.
19. Анализ техники одновременного бесшажного хода.
20. Анализ техники одновременного одношажного хода (основной вариант).
21. Анализ техники одновременного одношажного хода (скоростной вариант).
22. Анализ техники преодоления подъемов.
23. Анализ техники преодоления спусков.

24. Анализ техники торможений «плугом», «упором», соскальзыванием.
25. Анализ техники поворотов на месте.
26. Анализ техники поворотов в движении «плугом», «упором», переступанием.
27. Тренировка лыжника-гонщика в годичном цикле подготовки. Задачи, средства, методы.
28. Распределение объемов и интенсивности физической нагрузки в годичном цикле.
29. Планирование спортивной тренировки: перспективное, годичное, текущее.
30. Типы уроков, их структура, задачи, средства, требования к конспекту урока.
31. Последовательность в обучении поворотам: на месте, в движении; спускам, торможениям, ходам.
32. Методика обучения простым двигательным действиям – поворотам на месте, строевым приемам, спускам и торможениям, подъемам (условия, средства, методы).
33. Методика обучения сложным двигательным действиям – ходам (кроме одновременного бесшажного), поворотам в движении, подъему скользящим шагом (средства, методы, последовательность обучения).
34. Методы, принципы обучения, формирование двигательного навыка.
35. Профилактика травматизма при занятиях лыжным спортом.
36. Организация занятий по лыжной подготовке (материально-техническое обеспечение, выбор и подготовка мест занятий, учет метеорологических условий, руководство учебной группой).
37. Основные формы, организация и методика проведения занятий по лыжной подготовке в школах, техникумах, вузах.
38. Классификация соревнований по лыжному спорту.
39. Положение о соревнованиях и его обязательные разделы.
40. Планирование и документация соревнований.
41. Способы определения личного и командного первенства.
42. Работа главной судейской коллегии и отдельных бригад (на старте, финише), их состав.
43. Подготовка мест соревнований.
44. Выбор, промер, подготовка и обслуживание лыжных трасс.

Раздел 3 «Лёгкая атлетика»

1. История развития легкой атлетики. Эволюция техники легкоатлетических упражнений (на примере одного вида легкой атлетики).
2. Место и значение легкой атлетики в системе физического воспитания.
3. Классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений.
4. Меры безопасности при занятиях легкой атлетикой и профилактика травматизма.
5. Методы, средства и задачи обучения в легкой атлетике.
6. Формы занятий легкой атлетикой. Урок - основная форма обучения (подготовительная, основная и заключительная части)
7. Методика проведения занятий по легкой атлетике с детьми и подростками.
8. Методика проведения занятий по легкой атлетике с лицами среднего, старшего и пожилого возраста.
9. Методика проведения занятий по легкой атлетике с женщинами.
10. Основы техники ходьбы.
11. Основы техники бега.
12. Основы техники прыжков.
13. Основы техники метаний.
14. Анализ техники бега на короткие дистанции.
15. Анализ техники бега на средние дистанции.
16. Анализ техники прыжков в высоту способом "перешагивание".
17. Анализ техники прыжка в длину способом "согнув ноги".
18. Анализ техники тройного прыжка в длину.
19. Анализ техники метания мяча, гранаты.
20. Анализ техники спортивной ходьбы.

21. Анализ техники эстафетного бега.
22. Анализ техники прыжка в высоту способом "фосбюри-флоп".
23. Анализ техники барьерного бега.
24. Анализ техники метания диска.
25. Анализ техники толкания ядра
26. Методика обучения технике бега с барьерами (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения).
27. Методика обучения технике прыжка в высоту способом "фосбюри-флоп" (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения).
28. Методика обучения технике толкания ядра (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения).
29. Методика обучения технике метания диска (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения).
30. Методика обучения технике спортивной ходьбы (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения).
31. Методика обучения технике бега на короткие дистанции (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения).
32. Методика обучения технике бега на средние дистанции (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения).
33. Методика обучения технике прыжка в высоту способом "перешагивание" (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения).
34. Методика обучения технике тройного прыжка в длину способом «согнув ноги» (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения).
35. Методика обучения технике прыжка в длину (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения).
36. Методика обучения технике метания мяча, гранаты (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения).
37. Методика обучения технике эстафетного бега (задачи, средства обучения, методические указания, ошибки и способы их устранения).
38. Правила соревнований по спортивной ходьбе.
39. Правила соревнований в беге на короткие дистанции.
40. Правила соревнований в беге на средние дистанции.
41. Правила соревнований по прыжкам в длину и тройным.
42. Правила соревнований по метанию мяча, гранаты.
43. Правила соревнований по эстафетному бегу.
44. Правила соревнований по прыжкам в высоту.
45. Правила соревнований в беге с барьерами.
46. Правила соревнований по толканию ядра.
47. Правила соревнований по метанию диска.
48. Правила соревнований по многоборью.
49. Организации, проводящие соревнования. Положение о соревнованиях по легкой атлетике.
50. Виды, характер и уровни соревнований по легкой атлетике.
51. Документация соревнований по легкой атлетике (заявки, карточки участников, протоколы и др.).
52. Спортивный судья. Состав судейской коллегии для проведения соревнований по легкой атлетике
53. Участники, представители, капитаны команд. Их права и обязанности.
54. Места проведения соревнований в различных видах легкой атлетики.
55. Методика воспитания силовых способностей легкоатлетическими средствами и особенности их проявления в легкой атлетике.
56. Методика воспитания скоростных и скоростно-силовых способностей легкоатлетическими средствами и особенности их проявления в легкой атлетике.

57. Методика воспитания выносливости легкоатлетическими средствами и особенности ее проявления в легкой атлетике.
58. Методика воспитания гибкости и двигательнo-координационных способностей легкоатлетическими средствами и особенности их проявления в легкой атлетике.

Раздел 4 «Самооборона»

1. Общие основы курса самооборона.
2. Самооборона как средство защиты от нападения.
3. Конфликт. Оценка ситуации и способы преодоления конфликта.
4. Правовые основы самообороны.
5. Средства самообороны.
6. Что такое потенциально опасные ситуации и их характеристика.
7. Как избежать нападения в доме, лифте, подъезде, на улице, в автомобиле и общественных местах.
8. Классификация нападающих (агрессора). Психология агрессора и жертвы.
9. Тактика поведения и техника защиты от нападения.
10. Действия при нападении собак.
11. Оборона от нескольких нападающих.
12. Самозащита в парке, транспорте, лифте, на улице.
13. Правильное и неправильное поведение при встрече с преступником.
14. Использование болевых точек в самообороне.
15. Защита от нападения с огнестрельным оружием.
16. Защита автомобилистов.
17. Подъезд как место повышенной опасности.
18. Правомерность применения приемов самообороны.
19. Женская самооборона.
20. Наиболее уязвимые точки на теле.

Раздел 5 «Плавание»

1. Плавание в системе физического воспитания.
2. Плавание – как учебный предмет, как физкультурно-спортивная деятельность, как предмет научных исследований.
3. Плавание, как навык. Специфичность навыка плавания.
4. Адаптация человека к водной среде при обучении плаванию.
5. Спортивное плавание (цель, задачи, контингент занимающихся и их мотивация, нормативные требования, спрос на специалистов и оплата труда).
6. Оздоровительное плавание – фитнес (цель, задачи, контингент занимающихся и их мотивация, нормативные требования, спрос на специалистов и оплата труда).
7. Прикладное плавание (цель, задачи, контингент занимающихся и их мотивация, нормативные требования, спрос на специалистов и оплата труда).
8. Различные водные виды спорта: синхронное плавание, прыжки в воду, водное поло, подводный спорт (цель, задачи, контингент занимающихся и их мотивация, нормативные требования, спрос на специалистов и оплата труда).
9. Характеристика положения тела пловца в воде (основные оси и плоскости движений пловца).
10. Биомеханические основы плавания (лобовое сопротивление, подъемная сила, гидродинамическое качество).
11. Силы, действующие на пловца. Сила тяги.
12. Колебательный механизм двигательного действия в плавании.
13. Толкательный механизм двигательного действия в плавании.

14. Создание силы тяги в различных фазах гребка рукой в плавании (начальной, средней, завершающей).
15. Кинематические и динамические изменения движений пловца.
16. Техника плавания способом кроль на груди (общая характеристика, правила прохождения дистанций, эволюция и современные тенденции ее развития).
17. Техника движений рук и ног, дыхания при плавании способом кроль на груди (фазовая структура движений).
18. Техника плавания способом кроль на спине (общая характеристика, правила прохождения дистанций, эволюция и современные тенденции ее развития).
19. Техника движений рук и ног, дыхания при плавании способом кроль на спине (фазовая структура движений).
20. Техника плавания способом дельфин (общая характеристика, правила прохождения дистанций, эволюция и современные тенденции ее развития).
21. Техника движений рук и ног, дыхания при плавании способом дельфин (фазовая структура движений).
22. Техника плавания способом брасс (общая характеристика, правила прохождения дистанций, эволюция и современные тенденции ее развития).
23. Техника движений рук и ног, дыхания при плавании способом брасс (фазовая структура движений).
24. Техника выполнения стартов с тумбочки и из воды (классификация, фазовая структура движений).
25. Техника выполнения поворотов без касания рукой бортика бассейна (кувырок вперед).
26. Техника выполнения поворотов с касанием одной рукой бортика бассейна (при плавании на спине).
27. Техника выполнения поворотов с касанием двумя руками бортика бассейна – «маятник» (при плавании брассом и дельфином).
28. Меры безопасности при занятиях плаванием и профилактика травматизма.
29. Организация и проведение соревнований по плаванию (характер соревнований, возраст участников соревнований, обязанности и права участников соревнований, костюм участника, представители, тренеры и капитаны команд).
30. Педагогические принципы и правила обучения плаванию.
31. Основные методы обучения и тренировки плаванию.
32. Основные средства обучения и тренировки плаванию.
33. Особенности проведения занятий по плаванию с детьми младшего школьного возраста.
34. Особенности проведения занятий по плаванию с детьми среднего школьного возраста.
35. Особенности проведения занятий по плаванию с детьми старшего школьного возраста.
36. Спасение и оказание первой помощи при утоплении (поиск, освобождение от захватов, транспортировка, реанимация исходя из вида утопления).
37. Методика использования игр при обучении плаванию.
38. Методика обучения плаванию на этапе освоения с водной средой (цель, задачи, методы, средства, основные ошибки и пути их устранения, оценивание).
39. Методика обучения спортивным способам плавания (цель, задачи, методы, средства, основные ошибки и пути их устранения, оценивание).
40. Методика обучения на этапе совершенствования спортивных способов плавания (цель, задачи, методы, средства, основные ошибки и пути их устранения, оценивание).
41. Организация обучения плаванию на естественных водоемах.
42. Методика обучения облегченным способам плавания.
43. Особенности организации занятий по плаванию с женщинами.
44. Особенности организации занятий по плаванию с лицами пожилого возраста.
45. Организация и проведение массовых праздников на воде.
46. Проведение занятий по плаванию с детьми грудного возраста.
47. Обучение плаванию детей дошкольного возраста (в детском саду).

48. Организация и проведение занятий по оздоровительно-реабилитационному плаванию.
49. Педагогический и врачебный контроль в подготовке юных пловцов.
50. Особенности развития физических качеств в плавании.

Раздел 6 «Атлетизм»

1. Характеристика атлетических видов спорта.
2. История развития атлетической гимнастики в России, Море.
3. Воспитательное, образовательное и оздоровительное значение атлетической гимнастики.
4. Спортивное, физкультурно-оздоровительное и реабилитационное разделение в атлетизме.
5. Пауэрлифтинг – силовое троеборье, как вид спорта.
6. Средства спортивной тренировки в атлетической гимнастики.
7. Методы развития физических качеств на занятиях по атлетической гимнастике.
8. Техника безопасности при занятиях атлетической гимнастикой. Страховка и помощь при выполнении упражнений силовой направленности.
9. Структура урока по атлетической гимнастике.
10. Причины возникновения травматизма на занятиях атлетической гимнастикой.
11. Классификация травм и первая медицинская помощь.
12. Особенности питания при занятиях атлетической гимнастикой (сгонка веса, наращивание мышечной массы).
13. Средства восстановления физической работоспособности в атлетической гимнастике.
14. Силовые качества. Виды силовых способностей. От каких факторов зависит проявление силы?
15. Виды режимов работы мышц в атлетической гимнастике. Их характеристика.
16. Виды силовых упражнений в атлетической гимнастике по избирательности воздействия.
17. Особенности тренировок подростков. Тренировки людей старше 40 лет.
18. Особенности занятий атлетической гимнастикой с женщинами.
19. Анализ техники жима, лежа на горизонтальной скамье.
20. Анализ техники приседания со штангой на плечах.
21. Анализ техники становой тяги.
22. Организация и правила проведения соревнований по силовому троеборью.
23. Весовые и возрастные категории в пауэрлифтинге, их роль.
24. Упражнения для мышц плечевого пояса и мышц верхних конечностей.
25. Упражнения для мышц туловища и спины
26. Упражнения для мышц нижних конечностей, ягодиц.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия	
			Лекции	Практические занятия
Раздел 1. «Музритмика»				
Первый	Цели, задачи и средства музыкально-ритмического воспитания	8	2	8
Первый	Основы музыкальной грамоты	8	2	6
Первый	Движение под музыку как часть культуры человека. История развития танца и его направления.	6	2	4
Первый	Методика проведения занятий по курсу музыкально-ритмического воспитания	10	2	8
Первый	Взаимосвязь движений с музыкой	6	-	6
Первый	Основы техники и методика обучения эстрадно-бытовому танцу	10	-	10
Итого по разделу 1:		50	8	42
Раздел 2. «Лыжный спорт»				
Первый	Введение в курс «Лыжный спорт»	2	2	-
Первый	Общая характеристика олимпийских видов лыжного спорта. Инвентарь лыжника, обувь и одежда лыжника.	2	-	2
Первый	Подготовка лыж	2	-	2
Первый	Техника передвижений на лыжах.	40	2	38
Первый	Подготовка мест занятий и организация обучения	2	-	2
Первый	Методика обучение способам передвижений на лыжах	20	-	20
Первый	Организация и проведение спортивно-оздоровительных состязаний на лыжах	4	-	4
Итого по разделу 2:		72	4	68
Раздел 3. «Лёгкая атлетика»				
Второй	Легкая атлетика - олимпийский и паралимпийский вид спорта. Классификация. Урок по легкой атлетике. Методика преподавания Терминология.	2	2	
Второй	История развития легкой атлетики в России и в мире. Меры безопасности при занятиях легкой атлетикой и профилактика травматизма	2		2
Второй	Анализ техники ходьбы и методика обучения	4		4
Второй	Анализ техники бега на средние дистанции и методика обучения	6		6

<i>Второй</i>	Анализ техники бега на короткие дистанции и методика обучения	6		6
<i>Второй</i>	Анализ техники метания мяча и методика обучения	6		6
<i>Второй</i>	Анализ техники метания гранаты и методика обучения	6		6
<i>Второй</i>	Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание» и методика обучения	6		6
<i>Второй</i>	Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги» и методика обучения	4		4
<i>Второй</i>	Анализ техники тройного прыжка в длину и методика обучения	2		2
<i>Второй</i>	Анализ техники эстафетного бега 4x100м и методика обучения	4		4
<i>Второй</i>	Анализ техники метания диска и методика обучения	4		4
<i>Второй</i>	Анализ техники толкания ядра и методика обучения	4		4
<i>Второй</i>	Анализ техники прыжка в высоту способом «фосбюри-флоп» и методика обучения	4		4
<i>Второй</i>	Анализ техники барьерного бега на 100 и 110 м и методика обучения	2		2
<i>Второй</i>	Легкоатлетические многоборья	4		4
<i>Второй</i>	Основы техники ходьбы и бега	2	2	
<i>Второй</i>	Основы техники метаний	2	2	
<i>Второй</i>	Основы техники прыжков	2	2	
<i>Второй</i>	Урок по легкой атлетике, конспект урока, терминология	2		2
<i>Второй</i>	Подготовительная часть урока по легкой атлетике	8		8
<i>Второй</i>	Урок по легкой атлетике	10		10
<i>Второй</i>	Двигательные качества и методика их развития на занятиях по легкой атлетике	2	2	
<i>Второй</i>	Методика проведения занятий по легкой атлетике с детьми и подростками	2	2	
<i>Второй</i>	Методика проведения занятий по легкой атлетике с лицами среднего, старшего и пожилого возраста и с женщинами	2	2	
<i>Второй</i>	Организация и правила соревнований по легкой атлетике	2	2	
Итого по разделу 3:		100	16	84
Раздел 4 «Самооборона»				
<i>Третий</i>	Основные теоретические и методические аспекты самообороны	2	2	-
<i>Третий</i>	Тактика поведения в потенциально опасных ситуациях	4	4	-
<i>Третий</i>	Техника освобождения от захватов	4		4
<i>Третий</i>	Техника защиты от ударов руками и ногами	6		6
<i>Третий</i>	Техника бросков в стойке	6		6
<i>Третий</i>	Техника приемов борьбы лежа	4		4

<i>Третий</i>	Удары подручными средствами	4		4
<i>Третий</i>	Защиты от ударов подручными средствами	4		4
<i>Третий</i>	Удары колюще – режущим оружием	2		2
<i>Третий</i>	Защиты от ударов колюще – режущим оружием	4		4
<i>Третий</i>	Защиты от угрозы огнестрельным и газовым оружием	2		2
<i>Третий</i>	Женская самооборона	2		2
<i>Третий</i>	Тактика поведения в экстремальных ситуациях	4	2	2
<i>Третий</i>	Выявление уровня овладения теоретическими знаниями и <u>практическими умениями и навыками</u> студентов	2	-	2
Итого по разделу 4:		50	8	42
Раздел 5 «Плавание»				
<i>Четвёртый</i>	Введение в предмет «Теория и методика плавания»	2	2	-
<i>Четвёртый</i>	Техника безопасности в плавании	2	-	2
<i>Четвёртый</i>	Основы техники плавания	2	2	12
<i>Четвёртый</i>	Средства и методы обучения плаванию	6	2	4
<i>Четвёртый</i>	Методика обучения плаванию	4	-	4
<i>Четвёртый</i>	Игры в обучении плаванию	4	-	4
<i>Четвёртый</i>	Прикладное плавание	6	2	4
<i>Четвёртый</i>	Организация обучения плаванию в естественном водоёме	4		4
<i>Четвёртый</i>	Реализация основных принципов обучения в учебном процессе; эволюция методики обучения плаванию	4	-	4
<i>Четвёртый</i>	Факторы, определяющие содержание и эффективность обучения плаванию.	4	-	4
<i>Четвёртый</i>	Особенности занятий плаванием с различным контингентом	8	-	8
<i>Четвёртый</i>	Оздоровительно-реабилитационное плавание	4	-	4
<i>Четвёртый</i>	Организация занятий оздоровительным плаванием по новым технологиям	6	2	4
<i>Четвёртый</i>	Организация соревнований и массовых праздников на воде	4	-	4
Итого по разделу 5:		72	10	62
Раздел 6 «Атлетизм»				
<i>Четвёртый</i>	Характеристика отдельных видов занятий силовыми упражнениями	2	2	-
<i>Четвёртый</i>	Средства, методы и организация тренировок в атлетической гимнастике и особенности ее преподавания.	6	2	4
<i>Четвёртый</i>	Методика проведения занятий по атлетической гимнастике с различными группами занимающихся.	8	2	6
<i>Четвёртый</i>	Основы техники упражнений атлетического троеборья и правила	12	2	10

	соревнований.			
<i>Четвёртый</i>	Урок по атлетической гимнастике.	28	2	26
	Итого по разделу 6:	56	10	46
ИТОГО:		400	56	344

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Учет освоения тем дисциплины осуществляется в форме оценки качества выполнения контрольных и реферативных работ, опроса по темам, микрозачётов по практико-методическим разделам работы, а также итогового контроля в виде зачётов в конце 1, 2, 4, 6, 7, 8 семестров. Зачёт, к которому допускаются студенты, освоившие все темы и разделы дисциплины, проводится в форме ответов на вопросы, систематизированные в билеты.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Рекомендуемая литература (основная)

1. Алимов, А.Н. Бокс: пособие по применению, или Путь мирного воина / А.Н. Алимов. - Ростов н/Д; Краснодар: Феникс; Неоглори, 2008. - 188 с.
2. Андреев, В.Н. Атлетическая гимнастика / В.Н. Андреев, Л.В. Андреева. - М. ФиС, 2005 – 127 с.
3. Баршай, В.М. Гимнастика : учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курьсь, И.Б. Павлов. - Ростов н/Д : Феникс, 2009. - 314 с. : ил. - (Высш. образование)
4. Виноградов, Г. П. Атлетизм: теория и методика тренировки: учеб. для вузов / Г.П. Виноградов. - М.: Советский спорт, 2009. - 328 с.
5. Воробьев, А.Н. Атлетическая гимнастика для женщин/ А.Н. Воробьев, С.А. Мазуренко. – М. Знание, 1990.
6. Гимнастика: учебник для студ. вузов / ред. М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков. - 4-е изд., испр. - М.: Академия, 2006. - 448с.+ прил.: с.427-440. - (Высш. проф. образование).
7. Дворкин, Л.С. Силовые единоборства: атлетизм, культуризм, пауэрлифтинг, гиревой спорт / Л.С. Дворкин. - Ростов н/Д : Феникс, 2003. - 384 с.
8. Дворкин, Л.С. Тяжелая атлетика: учебник для вузов/Л.С.Дворкин. - М. : Советский спорт, 2005. - 600с.
9. Колодницкий, Г.А. Прикладная физическая подготовка и основы самообороны: учебное пособие / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, С.В. Петров, С.К. Быструшкин, Р.И. Айзман. – Новосибирск: АРТА, 2011. – 304 с.
10. Кочетков, М. А. Бодибилдинг. Атлетизм. Гиревой спорт / М.А. Кочетков. - М. : АСТ; Астрель; Полиграфиздат, 2010. - 512 с.
11. Криминальные опасности и защита от них: учеб. пособие для студ. вузов/Л.А. Михайлов, В.М. Губанов, В.П. Соломин; ред. Л.А. Михайлов. - М.: Академия, 2010. - 208 с.
12. Кузнецов, В.К. Основы техники и обучение способам передвижения на лыжах : учеб. пособие для студ. вузов физ. культуры / В.К. Кузнецов, М.В. Артеменко. - Малаховка : МГАФК, 2010. - 156 с.
13. Легкая атлетика: учеб./под общ.ред. Н.Н. Чеснокова, В.Г. Никитушкина. – М.: Физическая культура, 2010. – 448 с.
14. Легкая атлетика: учеб.пособие для студ. высш.учеб.заведений/ А.И.Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В.Сидорчук.-3-е изд., стер. – М.: Издотельский центр «Академия», 2006. – 464с.
15. Легкая атлетика: учеб.пособие для студ. высш.учеб.заведений/ А.И.Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В.Сидорчук.-М.: Издотельский центр «Академия», 2003. – 464с.
16. Легкая атлетика. Правила соревнований ВФЛА. – М.: Советский спорт, 2010. – 224 с.: ил.
17. Медведева Е.Н. Технология физкультурно-спортивной деятельности («Гимнастика») /Медведева Е.Н., Парохина Ю.В.,Стрелецкая Ю.В.// Учебно-методическое пособие.- Великие Луки: Редакционно-издательский отдел ФГОУ ВПО «Великолукская ГСХА», 2009. – 72 с.
18. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика: учебник для студ. учреждений высш. проф.образования/ред. Е.С. Крючек, Р.Н. Терехина.- М. : Академия, 2012.- 288 с.

19. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: учеб. пособ. для студ-тов вузов / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О.И. Попов ; ред. Н.Ж.Булгакова. – 2-е изд., стер.- М.: Академия, 2008.- 432с.- (Высш. Проф. Образование)
20. Спортивное и военно-прикладное плавание :учебник / ред. О.В. Новосельцев. - СПб. : ВИФК, 2005. - 584 с.: ил. – ISBN 5-901739-33-7.
21. Спортивное плавание: путь к успеху: в 2 книгах / ред. В.Н.Платонов.-Кн.1.-Киев : Олимпийская панорама, 2011. - 480 с.
22. Черныш, И.В. Выживание в экстремальных ситуациях: учеб. пособие / И.В. Черныш. - М.: Физическая культура, 2009. - 160 с.
23. Шестаков, В.Б. Теория и практика дзюдо: учебник / В.Б. Шестаков, С.В. Ерегина. - М.: Советский спорт, 2011. - 448 с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для студ. Вузов физической культуры/ Под ред. Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 304с.
2. Александров, А.Ю. Обучение плаванию самобытными способами: учеб. – метод. пособие / А.Ю. Александров, Л.С. Малыгин. – Малаховка: МГАФК, 2007. – 44 с.
3. Бойко, В.Ф. Физическая подготовка борцов: учеб. пособие / В.Ф. Бойко, Г.В. Данько. - М.: ТВТ Дивизион, 2010. - 224 с.
4. Градополов, К.В. Бокс: учеб. для ин-тов физ. культуры / К.В. Градополов. - М.: ИНСАН, 2010. - 320 с.
5. Гусев И. Полный курс бодибилдинга от начинающих до профессионалов. МН.- Харвест, 2003.- 120 с.
6. Зацюрский, В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики физического воспитания.- М.: Советский спорт, 2009.- 200 с.
7. Ибель , Д.В. Терминология атлетических упражнений в бодибилдинге : учебно-метод. пособие / Д.В. Ибель. - М. : Олимпия Пресс, 2006. - 80с.
8. Кулиненков , О.С. Фармакология и физиология силы : Советы спортивного врача / О.С. Кулиненков. - М. : МЕДпресс-информ, 2004. - 208 с.
9. Кочетков, М. А. Бодибилдинг. Атлетизм. Гиревой спорт / М.А. Кочетков. - М. : АСТ; Астрель; Полиграфиздат, 2010. - 512 с. :
10. Квашук, П.В. Лыжные гонки: программа для специализированных спортивных школ / П.В.Квашук, Н.Н.Кленин - М. : Советский спорт, 2009.- 60с.
11. Котешев, В.Е. Бокс: учебник для спец. учеб. заведений / В.Е. Котешев, В.А. Макаров. - Краснодар: КГУФКСТ, 2008. - 224 с.
12. Лагутин, А.Б. Гимнастика в вопросах и ответах : учеб. пособие / А.Б. Лагутин, Г.М. Михалина. - М. : Физическая культура, 2010. - 144 с.
13. Локтев, С.А. Легкая атлетика в детском и подростковом возрасте: практическое руководство для тренера /С.А. Локтев. – М.: Советский спорт, 2007. – 404 с. –прил.: с 376-395: ил. - библиогр.: с. 396-397.
14. Медведева Е.Н. Фитнес-аэробика в системе физического воспитания студентов / Медведева Е.Н., Стрелецкая Ю.В., Муштукова О.В. // Учебно-методическое пособие.- Великие Луки: Редакционно-издательский отдел ФГОУ ВПО «Великолукская ГСХА», 2009. – 50 с.
15. Медведева Е.Н. Модернизация физкультурного образования на основе применения нетрадиционных видов двигательной деятельности в физическом воспитании школьников /Медведева Е.Н., Львова Л.Г., Медведев А.Н., Люйк Л.В., Курова Т.В.// Учебно-методическое пособие. - Торжок: Редакционно-издательский отдел ГОУ СПО «Торжокский педагогический колледж им. Ф.В.Бадюлина», 2011. – 96с.

16. Орехова Т.Ф. Организация здоровьесберегающего образования в современной школе: Монография - Москва: Флинта, 2011. - 355 с.
17. Передельский, А.А. Философия, педагогика и психология единоборств: монография / А.А. Передельский. - М.: Физическая культура, 2008. - 168 с.
18. Правила соревнований по лыжным гонкам / ред. В.А. Логинов. - М. : Светотон, 2007. - 160 с.
19. Плавание: теория и методика избранного вида спорта. Курс лекций : учеб. пособие / ред. А.И. Погребной. - Краснодар : КГУФКСТ, 2008. - 448 с.
20. Полтавцева Н.В., Стожарова М.Ю., Краснова Р.С., Гаврилова И.А. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании: Монография - Москва: Флинта, 2011. - 262 с.
21. Попов О. И. Основы построения тренировки квалифицированных пловцов : учеб. Пособие / О. И. Попов, В. В. Смирнов. - М. : РГУФК, 2007. - 92 с.
22. Степанов М., Майоров О. Защитный код. Как выжить в нашем городе. - Изд. "ГРИФОН", 2007. - 256 с.
23. Франченко А. С. Техническая подготовка юных пловцов на основе оптимизации движений в целостной структуре спортивных способов плавания : учеб. пособие / А.С. Франченко, Е.Н. Мироненко, В.В. Сухинин. - Омск : СибГУФК, 2008. - 89 с.
24. Художественная гимнастика: учебник / ред. Л.А. Карпенко. - М., 2003. - 408 с.
25. Ширяев, А.Г. Бокс и кикбоксинг : учеб. пособие для студ. вузов / А.Г. Ширяев, В.И. Филимонов. - М.: Академия, 2007. - 240 с.

3.62. Рабочая программа **факультативной** дисциплины «Иностранный язык (профессиональный)» основной образовательной программы направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)» *по профилю подготовки* – адаптивное физическое воспитание

степень (квалификация) выпускника – бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Ершова Наталья Генриховна, д.п.н., профессор

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Целью факультатива

«Иностранный язык» (профессиональный) является выработка навыков чтения и понимания специального текста, усвоение терминологической лексики в области адаптивного физического воспитания и грамматической структуры текста, а также систематизации, закрепления и проверки знания терминологии. Кроме этого, предполагается *повышение исходного уровня* владения иностранным языком, достигнутого на предыдущей ступени образования, и овладение студентами необходимым и достаточным уровнем иноязычной коммуникативной компетенции для решения социально-коммуникативных задач в различных областях профессиональной, научной, культурной и бытовой сфер деятельности, при общении с зарубежными партнерами, а также для дальнейшего самообразования.

Задачи дисциплины

состоят в последовательном овладении студентами *совокупностью компетенций*, основными из которых являются: коммуникативная прагматическая, межкультурная, профессиональная и общая компетенции.

Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Иностранный язык» (профессиональный) относится к факультативным дисциплинам и преподается на 2 курсе в 4 семестре в размере 72 академических часов, из которых 36 часов отводится на аудиторную работу и 36 – на самостоятельную. Формой итогового контроля является зачет, который сдаётся во 2 семестре.

Интегрированным результатом изучения курса иностранного языка должно стать достижение студентом коммуникативной компетенции, которая рассматривается не как сумма знаний, умений и навыков, а как совокупность личностных качеств студентов (ценностно-смысловых ориентаций, знаний, умений, навыков и способностей), а определяется, как способность решать проблемы и самостоятельно находить ответы на вопросы, возникающие в процессе профессионального, учебного социально-культурного и бытового общения на иностранном языке.

Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующей компетенции:

ОК-1 – готов уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям – понимается способность толерантно воспринимать социальные и культурные различия, способность к диалогу с преподавателями других культурных государств.
ОК – 18 - владеет одним из иностранных языков на уровне бытового общения – понимается способность выпускника использовать для решения коммуникативных задач современные технические средства и информационные технологии.

В результате освоения курса студент должен

Знать: терминологическую и общенаучную лексику текста по адаптивной физической культуре; основные ресурсы, с помощью которых можно эффективно восполнить имеющиеся пробелы в языковом образовании (типы словарей, справочников, компьютерных программ, информационных сайтов сети Интернет, текстовых редакторов и т.д.); базовую лексику общего языка; разговорно-бытовую лексику; лексику нейтрального стиля; основную терминологию своей широкой и узкой специальности.

Уметь: читать литературу в области профессиональной деятельности на иностранном языке без словаря с целью поиска информации, переводить тексты со словарем; вести деловую переписку, составлять резюме, рефераты и аннотации; выступать с публичной речью; делать сообщения,

доклады (с предварительной подготовкой); использовать различные формы, виды устной и письменной коммуникации на иностранном языке в учебной и профессиональной деятельности; вести диалог на разговорном уровне, диалоги и полилоги в ситуациях профессионального общения; читать и переводить тексты по адаптивной физической культуре; выделять основные идеи текста, отвечать на вопросы по его содержанию, давать оценку и обсуждать его с другими студентами на английском языке;

Владеть: навыками разговорно-бытовой речи (владеть нормативным произношением, ритмом речи, лексическим запасом и использовать их в ситуации речевого общения); наиболее употребительной грамматикой и основными грамматическими явлениями; оперировать ими в соответствии с произносительными нормами; навыками публичного выступления, лексическим минимумом одного из иностранных языков; основной социокультурной информацией о странах изучаемого языка, ориентироваться в ситуациях иноязычного общения с точки зрения принятой в социуме культуры общения.

Материально-техническое обеспечение

Обеспеченность кафедры учебно-лабораторным оборудованием полностью отвечает требованиям федерального государственного образовательного стандарта.

Перечень необходимых технических средств, оборудования, приборов для проведения основных форм учебного процесса:

- для проведения занятий используется специально оборудованная аудитория с мультимедийным проектором, интерактивной доской (для демонстрации учебных видеороликов, таких как Vision + Imagination. Track. Analyze. Discover. We. Will. Move. Film: Европа. Sport Nutrition (Putting cutting edge science into practice) University of Birmingham (scientist conference)
- лингафонный компьютерный класс для формирования навыков аудирования и говорения((Аудиокурсы: Английский язык для студентов. mp 3. Английский язык экспресс-курс. - mp 3. Bridge to English (лингафонный курс английского языка).
- для проведения контроля используются компьютерный вариант «TESTOR», система «Интернет-тренажер», которые дают возможность не только оценить уровень подготовленности по той или иной лексико-грамматической теме, но и провести анализ ошибок;
- для развития навыков чтения и перевода используются различные бумажные и электронные носители с аутентичными текстами, словари, информационные системы, электронные источники, электронно-библиотечные системы:

1. ЭБС IQ lib – www.iqlib.ru

2. ЭБС издательства «Лань» - <http://e.lanbook.com/>

3. Электронная библиотека МГАФК – www.lib.mgafk.ru

4. Электронная библиотека Университета им. П.Ф. Лесгафта - <http://lib.lesgaft.spb.ru/MarcWeb2/Default.asp>

5. Система «Отраслевая библиотека по физической культуре и спорту» - www.lib.sportedu.ru

6. <http://deu.1september.ru/>

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Тематика курса	Содержание и учебный материал	Всего часов	Ауд. зан.	Сам. Раб.
1	Position Statement For Adapted Physical education.	Развитие навыков чтения с частичным извлечением информации.	8	4	4
2	Disabled Sports	Развитие умений извлекать выделять необходимые факты /сведения, отделять необходимую информацию от	4	2	2

		второстепенной			
3	Paralympic Games.	Развитие профессионально-ориентированных умений письменного перевода текста. Развитие умений участвовать в диалоге.	8	4	4
4.	Physical Medicine and Rehabilitation	Развитие умений извлекать выделять необходимые факты /сведения, отделять необходимую информацию от второстепенной	8	4	4
5.	Massage.	Развитие профессионально-ориентированных умений письменного перевода текста. Развитие умений участвовать в диалоге.	8	4	4
6.	Adapted Physical Education	Развитие умений извлекать выделять необходимые факты /сведения, отделять необходимую информацию от второстепенной	8	4	4
7.	Adaptations.	Развитие профессионально-ориентированных умений письменного перевода текста. Развитие умений участвовать в диалоге.	8	4	4
8.	Exercise.	Развитие профессионально-ориентированных умений письменного перевода текста. Развитие умений участвовать в диалоге.	8	4	4
9.	Strengthening Exercises.	Развитие навыков чтения с частичным извлечением информации. Развитие умений извлекать выделять необходимые факты /сведения, отделять необходимую информацию от второстепенной	8	4	4
10	Контрольные работы № 1 и 2		4	2	2
		Итого	72	36	36

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. Приложение 1. (Контрольные работы №1, 2).
2. Приложение 2. (Тексты для дополнительного чтения).
3. Формы и виды контроля самостоятельной работы

Формы и виды контроля самостоятельной работы студентов

1. Словарный диктант.
2. Микрозачет по устным темам.

3. Письменная контрольная работа.
4. Компьютерное тестирование грамматики, лексики, страноведения, чтения.
5. Письменный или устный перевод учебно-программного текста.
6. Контроль внеаудиторного чтения.
7. Контрольное реферирование и аннотирование учебно-программного текста.
8. работа в системе Интернет-тренажер с последующим анализом ошибок.
9. Написание рефератов по различным темам с последующей презентацией. (Время презентации не более 5 мин.)
10. Проведение «Круглых столов».
11. Составление кроссвордов по различным темам.
12. Использование различных игр – упражнений (The Four Corners, Text Generator, Running Dictation, etc.).
13. Составление портфолио.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ЧАСОВ КУРСА ПО ТЕМАМ И ВИДАМ РАБОТ

Курс обучения	Наименование тем и разделов	Всего (часов)	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
<i>второй</i>	Position Statement For Adapted Physical education.	8		4	4
<i>второй</i>	Disabled Sports	4		2	2
<i>второй</i>	Paralympic Games.	8		4	4
<i>второй</i>	Physical Medicine and Rehabilitation	8		4	4
<i>второй</i>	Massage.	8		4	4
<i>второй</i>	Adapted Physical Education	8		4	4
<i>второй</i>	Adaptations.	8		4	4
<i>второй</i>	Exercise.	8		4	4
<i>второй</i>	Strengthening Exercises.	8		4	4
<i>второй</i>	Тема 10. Контрольные работы 1, 2	4		2	2
	ИТОГО	72		36	36

ФОРМА ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Итоговый контроль осуществляется в виде зачёта. Зачет проводится в форме защиты реферата аутентичного текста на выбранную тему. Объем текста 10 000 печатных знаков. Презентация реферата обязательна (не более 7 мин.).

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Вуз имеет доступ к электронной библиотечной системе (ЭБС) IQlib. Договор № 13/2012 от 10.02.2012 г. Режим доступа: <http://www.iqlib.ru>.

Рекомендуемая литература (основная)

1. Агабекян И.П. Английский язык для бакалавров – A Course of English for Bachelor's Degree Students. Intermediate Level. / И.П. Агабекян – Ростов/нД: Феникс, 2011. – 379 с.
2. Ершова Н.Г., Антонова Т.А. Английский язык. Учебно-методическое пособие. Великие Луки, 2010. - 50 с.
3. Английский язык: учебное пособие для студентов вузов физической культуры /МГАФК; сост. Н. А. Шнайдер, Е. В. Пахомова, Х. Р. Гулюгина, С. П. Канарский. - Малаховка, 2013. - 139 с. - Библиогр.: с. 138. [Электронный ресурс]. Режим доступа: www.lib.mgafk.ru.
4. М.А. Закаталова, Л.Е. Сергеева Sports Games. [Электронный ресурс]. учебное пособие / М.А. Закаталова, Л.Е. Сергеева; Национальный государственный университет физической

культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, С-Петербург, СПб.: [б.и.], 2013. – 190с.
Режим доступа: <http://lib.lesgaft.spb.ru/MarcWeb2/Default.asp>

5.Англо-русский словарь спортивных терминов/ сост. М.А. Котова. – М.: Сов.спорт, 2012. – 232с.

Рекомендуемая литература (дополнительная)

1. Выборова Г.Е., К.С. Махмуриян, Мельчина О.П. Advanced English. Учебник
Английского языка для гуманитарных факультетов вузов, факультетов переподготовки и
факультетов повышения квалификации учителей иностранного языка. – 112-е изд. – М.: Флинта:
Наука, 2012. – 240 с.

2. Гивенталь И.А. Как это сказать по-английски: учеб.пособие / И.А. Гивенталь. – 12-е
изд.,испр. – М.: Флинта: Наука, 2012. – 344 с.

3. Глембоцкая Я.И. Sport in English-speakingWorld: Спорт в англоговорящих странах:
Учеб.-метод.пособие / Я.И. Глембоцкая; МГАФК. – Малаховка, 2009. – 101 с.

4. Голицынский Ю. Грамматика: сборник упражнений. – СПб: Каро, 2010. – 538с.

5. Ковалева, Л.Я. Adapted Physical Education: учеб. Пособие / Л.Я. Ковалева ;
Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени
П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб. : [Б.и.]? 2013. – 51 с. Режим доступа:
<http://lib.lesgaft.spb.ru/MarcWeb2/Default.asp>

3. Электронные ресурсы

1. www.wikipedia.de

2. www.dwelle.de

3. www.reise-know-how.de

4. www.huber.de

5. www.Olympic.org/UK/games

6. www.saltlake2002.com

7. www.torino2006.com

8. www.OlympicGames2006.com

9. Physical Education and Sport Pedagogy – www.informaworld.com/pesp

10. Sport, Education and Society – www.informaworld.com/alerting;

11. Journal of Adventure Education and Outdoor Learning Call for Papers –
barbara.humberstone@btinternet.com

12. www.outdoor-learning.org

13. Research Yearbook Studies in Physical Education and Sport, Volume 12, Number 1, 2006
– 60. 60. www.medsport.pl and www.awf.gda.pl

14. Research Yearbook Studies in Physical Education and Sport, Volume 13, Number 1, 2007
- www.medsport.pl and www.awf.gda.pl

15. Research Yearbook Studies in Physical Education and Sport, Volume 13, Number 2, 2007
- www.medsport.pl and www.awf.gda.pl

16. [http://www.sil.org/linguistics/Glossary Of Linguistic Terms/](http://www.sil.org/linguistics/Glossary%20Of%20Linguistic%20Terms/) глоссарий, содержащий
более 950 лингвистических терминов с перекрёстными ссылками и списком источников (SIL
International). Ред. Е.Е. Loos, S. Anderson, D.H. Day Jr., P.C. Jordan, J.D. Wingate

17. http://www.using_english.com/glossary.html – словарь по практической грамматике
английского языка

18. http://dir.yahoo.com/Social_Science/linguistics_and_human_languages/ - ресурсы сети в
области лингвистики и изучения языков

19. <http://www.Uni-klassel.de/fb8/misc/lfb/html/text/0.html> -курс лингвистики для
начинающих на английском языке

20. <http://www.cal.org/ericcll/digest/ca100001-> дайджест общих вопросов
лингвистики(ERIC/CLL)

21. <http://www.ldc.upenn.edu/> - Linguistic Data Consortium -лингвистический сайт
университета Пенсильвании

22. [http: // orlapubs.org/ORLAPUBS-L/L81.html](http://orlapubs.org/ORLAPUBS-L/L81.html) - электронные учебники по отдельным вопросам лингвистики и грамматики
23. [http: //www.sciencedirect.com/science/referenceworks/0080430767](http://www.sciencedirect.com/science/referenceworks/0080430767) - международная энциклопедия по социальным наукам (International Encyclopedia of the Social and Behavioral Sciences)
24. <http://> Sochi 2014

IV. ПРОГРАММЫ ПРАКТИК

4.1. Программа учебной практики направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями состояния здоровья (адаптивная физическая культура)» по профилю подготовки - адаптивное физическое воспитание

Степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Копаев Валерий Павлович, кандидат педагогических наук, доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель практики

Основной *целью учебной* практики является закрепление и углубление теоретических знаний студентов, их трансформация в профессиональные умения и навыки организации и проведения учебно-воспитательной и внеклассной работы с детьми школьного возраста, формирование компетенций, необходимых для работы в должности учителя физической культуры с учетом профиля направления подготовки («Адаптивное физическое воспитание»).

Задачи практики

- Ознакомить студентов с основными направлениями и опытом работы общеобразовательных школ в сфере физической культуры.
- Обеспечить формирование педагогических умений и навыков до уровня, позволяющего самостоятельно решать оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи в процессе физического воспитания детей разных медицинских групп..
- Формировать профессионально значимые качества личности, обуславливающие устойчивый интерес к деятельности учителя физической культуры, потребность в систематическом самообразовании и творческом подходе к педагогической работе.

Место раздела в структуре ООП бакалавриата

Курс «Учебная практика» является частью раздела «Учебная и производственная практики» Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по направлению подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями состояния здоровья (адаптивная физическая культура)».

Учебная практика проводится на 3 курсе в 6 семестре, выполняя функцию преобразования теоретических знаний в широкий комплекс профессиональных умений и навыков для решения задач физического воспитания школьников. Прохождению практики предшествует изучение таких дисциплин, как теория и методика обучения базовым видам физкультурно-спортивной деятельности, анатомия человека, биохимия человека, физиология человека, педагогика физической культуры, психология физической культуры, теория и методика физической культуры, теория и организация адаптивной физической культуры. Перед учебной практикой студенты проходят тестирование по разделу школьной методики. Успешное прохождение тестирования служит допуском к практике. Требования к «входным» знаниям до студентов доводятся за месяц до начала практики. Данная практика является предшествующей по отношению к производственной практике, проводимой в восьмом семестре, проводимой в соответствии с профилем «Адаптивное физическое воспитание»

Базы практики

Базами практики являются общеобразовательные школы, имеющие необходимые материально-технические условия и высококвалифицированных работников, способных выполнять обязанности методистов практики. Базовые школы определяются курсовым руководителем практики, руководителем практики академии. Учебная практика в общеобразовательных школах осуществляется на основе договоров со школами.

Организация практики

Общая организация практики осуществляется в соответствии с утвержденным Положением «О порядке проведения практики студентов ФГБОУ ВПО «Великолукская

государственная академия физической культуры и спорта», утвержденным на заседании Ученого совета ФГБОУ ВПО «ВЛГАФК» (протокол № 4 от 29 ноября 2011 года).

Продолжительность учебной практики в общеобразовательных школах в соответствии с Государственным образовательным стандартом и учебным планом академии составляет 6 недель (324 часа).

На период практики студенты подразделяются на бригады численностью не более 12 человек.

Работа студентов организуется в соответствии с программой практики под руководством методистов академии из числа профессорско-преподавательского состава академии и учителей физической культуры общеобразовательных школ.

С момента зачисления студентов в качестве практикантов на рабочие места на них распространяются правила охраны труда. Во время прохождения практики студент обязан подчиняться правилам внутреннего распорядка базовой школы, соблюдать трудовую дисциплину, выполнять распоряжения администрации базы практики и методистов.

Сроки прохождения практики, перечень баз практики, состав методистов и бригад студентов утверждаются приказом по академии. Общее руководство организацией практики возлагается на руководителя практики академии, курсового руководителя и деканов факультетов.

Требования к результатам освоения раздела

Практика направлена на формирование следующих **общекультурных компетенций (ОК)**:

- способность понимать движущие силы и закономерности исторического процесса; роль насилия и ненасилия в истории, место человека в историческом процессе, политической организации общества (ОК-2);
- умение логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь (ОК-5);
- готовность к взаимодействию (кооперации) с коллегами, работе в коллективе, знает принципы и методы организации и управления малыми коллективами (ОК-6);
- способность находить организационно-управленческие решения вне стандартных ситуациях и готов за них нести ответственность (ОК-7);
- стремление к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства (ОК-9);
- готовность критически оценить свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков (ОК-10);
- использование основные законы естественнонаучных дисциплин в профессиональной деятельности, применяет методы математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования (ОК-14);
- владение основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий (ОК-19).

Практика направлена на формирование следующих **профессиональных компетенций (ПК)**:

- знание истории, закономерностей, функций, принципов, средств и методов отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры, их роли и места в общей системе физической культуры (ПК-1);
- знание отечественного и зарубежного опыта адаптивной физической культуры (ПК-2);
- знание морфофункциональных, социально-психологических особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп (ПК-3);
- умение обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальными знаниями и способами их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры (ПК-4);

- умение обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры (ПК-5);
- умение определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-6);
- умение планировать содержание уроков, 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-7);
- готовность применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся (ПК-8);
- умение формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способы самообразования в сфере адаптивной физической культуры (ПК-9);
- умение изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий (ПК-10);
- знание потребности человека, его ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, эмоции и чувства (ПК-11);
- знание современные идеалы европейской и мировой культуры (ПК-12);
- умение формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья социально значимые потребности, ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, позволяющие им самим управлять собой, подчинять самого себя собственной воле (ПК-13);
- знание основные причины и условия возникновения негативного социального поведения (наркомании, алкоголизма, табакокурения, компьютерной, экранной, игровой зависимостей), способы и приемы воспитания у лиц с отклонениями в состоянии здоровья активного отрицательного отношения к этим явлениям (ПК-14);
- умение проводить профилактическую работу по недопущению негативных социальных явлений в жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-15);
- умение формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться (ПК-16); развивающая деятельность:
- знание 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);
- знание этиологии и патогенеза основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-18);
- умение способствовать развитию психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов развертывания их функций, этиологии и патогенеза заболеваний (ПК-19);
- умение воплощать в жизнь задачи развивающего обучения, обеспечивающего оптимальное умственное и физическое развитие человека (ПК-20);
- осуществление реабилитационной (восстановительная) деятельности: знание закономерностей восстановления нарушенных или временно утраченных функций

организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и тендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-21);

- умение работать в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления лиц с ограниченными возможностями здоровья (ПК-22);
- умение проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций (ПК-23);
- готовность к использованию методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья и внесению коррекций в восстановительные воздействия в зависимости от результатов измерений и (или) рекомендаций членов междисциплинарной команды (ПК-24);
- способность производить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок (ПК-25);
- способность обеспечивать условия для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека (ПК-26); компенсаторная деятельность:
- или травмы функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и тендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-27);
- умение развивать оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате того или иного заболевания и (или) травмы (ПК-28);
- умение развивать физические качества, обучать новым способам двигательной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья, исходя из нарушенных или навсегда утраченных функций (ПК-29);
- знание основ эргономики и возможностей приспособления (адаптации) внешней среды для реализации основных видов жизнедеятельности человека с отклонениями в состоянии здоровья (самообслуживание, профессиональная деятельность, культура, спорт, отдых) (ПК-30);
- знание закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту, заболеванию и поражению (ПК-31);
- умение проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) (ПК-32);
- умение проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний) (ПК-33);
- способность осуществлять простейшие психотерапевтические приемы по профилактике прогрессирования и (или) устранению психологических комплексов, характерных для различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-34);
- знание актуальных проблем в сфере адаптивной физической культуры (ПК-35);
- способность проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования (ПК-36);

- способность проводить обработку результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы (ПК-37);
- способность проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-38); организационно-управленческая деятельность:
- способность составлять финансовые документы учета и отчетности в сфере адаптивной физической культуры, работать с финансово- хозяйственной документацией (ПК-39);
- способность разрабатывать оперативные планы работы и обеспечивать их реализацию в первичных структурных подразделениях (ПК-40);
- организовывать и проводить массовые физкультурные мероприятия и спортивные соревнования по паралимпийским, сурдлимпийским и специальным олимпийским видам спорта (ПК-41);
- готовность обеспечивать подготовку и работу необходимого оборудования и организовывать судейство соревнований по различным видам адаптивного спорта (ПК-42);
- знание и умение организовывать и проводить соревнования с учетом медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификации спортсменов (ПК-43);
- знание и готовность обеспечивать технику безопасности при проведении занятий (ПК-44);
- знание и способность практически использовать документы государственных и общественных органов управления в сфере адаптивной физической культуры (ПК-45).

В результате освоения программы практики студент должен **знать:**

- историю, принципы и методы отечественной системы физического воспитания различных контингентов населения, их роль и место в общей системе физической культуры;
- отечественный и зарубежный опыт массовой физкультурно-оздоровительной работы и туризма;
- теорию и методику обучения основным видам физических упражнений, основы тренировки в избранном виде спорта, основы организации и проведения спортивно-массовой и оздоровительной работы с различными группами населения;
- методы и средства проведения методической работы в области физической культуры и спорта;
- дидактические возможности различных методов и средств физической подготовки подрастающего поколения и взрослого населения, включая инвалидов и лиц с ограниченными функциональными возможностями и отклонениями в состоянии здоровья;
- морфо-функциональные особенности организма человека в норме и при различных заболеваниях, включая инвалидность, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта, важнейшие методы проведения врачебно-педагогического контроля, профилактику травматизма, оказание первой доврачебной помощи;
- организационную структуру профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта.

уметь:

- определять общие и конкретные цели и задачи физического воспитания, спортивной подготовки и профилактико-оздоровительной работы как составной части гармонического развития личности, укрепления ее здоровья;

- планировать уроки, другие формы физкультурно-спортивных занятий с учетом санитарно-гигиенических основ физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей;
- применять в профессиональной деятельности современные методы, приемы, технические средства (аудиовизуальную технику, тренажеры, компьютерную технику и т.п.);
- осуществлять комплексный контроль в процессе занятий физическими упражнениями;
- с позиций современных достижений психолого-педагогической науки и передовой практики изучать коллектив и каждого отдельного ученика, овладевающего физической культурой;
- использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности для воспитания патриотизма и любви к отечеству, формирование здорового образа жизни, потребности в регулярных физкультурно-спортивных занятиях;
- организовать и проводить в доступных формах научные исследования в сфере профессиональной деятельности;
- используя педагогические, медико-биологические методы, контролировать состояние занимающихся, влияние на них физических нагрузок и в зависимости от результатов контроля корректировать их;
- корректировать собственную преподавательскую деятельность и деятельность занимающихся в зависимости от результатов контроля.

владеть:

- методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях физической культуры и спорта, приемами агитационно-пропагандистской работы по вовлечению населения в занятия спортом, рекреационной деятельностью;
- навыками самоанализа собственной личности в тесной связи с духовной культурой;
- образной эмоциональной речью, как средством воздействия на занимающихся физической культурой и спортом, использовать приемы межличностных отношений и общения в коллективе.

СТРУКТУРА И СОДЕЖАНИЕ ПРАКТИКИ

Учебная практика подразделяется на логически взаимосвязанные разделы, обусловленные Федеральным государственным образовательным стандартом, спецификой работы учителя физической культуры общеобразовательной школы:

Педагогическая деятельность

Воспитательная деятельность

Развивающая деятельность

Реабилитационная (восстановительная) деятельность,

Компенсаторная деятельность

Профилактическая деятельность

Научно-исследовательская деятельность

Организационно-управленческая деятельность

Общая трудоемкость практики составляет 9 зачетных единиц, 324 часа.

№ п/п	Этапы, разделы и виды учебной практики	Всего часов	Виды учебной работы и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости	Неделя
			Наблюдение, изучение, анализ	Практическая работа	Самостоятельная работа/работа с документами		

I.	Организационный этап						
	1. Участие в установочной конференции (ознакомление с целью, задачами, содержанием, практики)	4	4	—	—	Запись в дневнике	1
	2. Основные направления работы, традиции, распорядок дня базовой школы; требования, предъявляемые к учащимся	2	2	—	—	Запись в дневнике	1
	3. Знакомство с материально-технической базой школы, правилами ее эксплуатации	2	2	—	—	Запись в дневнике	1
	4. Организация и методика преподавания предмета «Физическая культура» в школе	6	2	—	4	Запись в дневнике	1
	5. Изучение нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность учителя ФК (Конституция РФ, Закон об образовании, правила безопасности при проведении занятий и др.).	6	2	—	4	Запись в дневнике	1
	6. Состояние здоровья и уровень физического развития учащихся базовой школы, медицинский контроль в процессе физического воспитания	4	2	—	2	Запись в дневнике	1
	7. Составление индивидуального плана прохождения практики	4	—	2	2	Индивидуальный план работы	1
	8. Формирование группы для проведения занятий с	2	—	2	—	Запись в дневнике	

	учащимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья медицинской группы 9. Особенности коллектива, система и план воспитательной работы прикрепленного класса 10. Разработка документов планирования физического воспитания школьников на период учебной практики	4 20	— —	2 16	2 4	Запись в дневнике Четвертной план, план занятий с учащимися специальной медицинской группы, конспекты уроков	1 1 1
II.	Производственный этап 1. Педагогические наблюдения за уроками ФК 2. Хронометраж уроков ФК 3. Пульсометрия уроков ФК 4. Практика в проведении подготовительной части урока 5. Практика в проведении основной части урока 6. Практика в проведении заключительной части урока 7. Практика в проведении урока в целом 8. Практика в проведении мероприятий общевоспитательного характера	12 8 8 5 6 4 80 28	— — — — — — —	8 4 4 2 3 1 30 12	4 4 4 3 3 3 50 16	Протоколы наблюдений Протоколы наблюдений Протоколы наблюдений Фрагменты конспектов уроков Фрагменты конспектов уроков Фрагменты конспектов уроков Конспекты уроков Запись в дневнике, сценарии, планы	2-3 2-3 2-3 2 2 2 2-6 2

9. Практика проведения занятий в специальных медицинских группах	32	—	10	22	Конспекты занятий	2-6
10. Проведение физкультурных минуток в начальных классах	5	—	2	3	Комплексы	2-6
11. Проведение подвижных перемен	6	—	2	4	Сценарии	2-6
12. Содержание, организация и методика внеклассной физкультурно-массовой работы	4	—	2	2	Запись в дневнике	2-6
13. Практика в организации и проведении общешкольных физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий	30	—	20	10	Запись в дневнике, формы документов	2-6
14. Оценка эффективности проведения уроков физической культуры на основе данных педагогического контроля	8	—	4	4	формы документов	2-6
15. Оценка эффективности проведения занятий с учащимися специальной медицинской группы	4	—	2	2	Запись в дневнике,	2-6
16. Влияние занятий физическими упражнениями на умственную работоспособность учащихся	8	—	2	6	Текст выступления	2-6
17. Здоровый образ жизни как условие конкурентоспособности человека	6	—	2	4	Текст выступления	2-6

III.	Итоговый этап						
	1. Проведение зачетного урока физической культуры	7	–	1	6	Конспект	6
	2. Участие в собрании бригады на базе практики по подведению итогов профессионально-педагогической деятельности	2	–	2	–	Запись в дневнике	6
	3. Составление отчета по практике	3	–	3	–	Отчет	6
	4. Участие в аттестации и заключительной конференции на базе академии	4	–	2	2	–	6
	ИТОГО часов	324	14	140	170	–	

Организационный этап включает в себя ознакомление с целью, задачами, содержанием, практики, основными направлениями работы базовой школы, традициями школы, правилами внутреннего распорядка, требованиями, предъявляемыми к учащимся, знакомство с материально-технической базой школы, правилами ее эксплуатации. На первой неделе практикант изучает организацию и методику преподавания предмета «Физическая культура» в школе, детально знакомится с программой физического воспитания, нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность учителя физической культуры. Изучению подлежат Конституция РФ, Закон об образовании, Закон о физической культуре и спорте, Типовое положение об общеобразовательной школе, правила безопасности при проведении занятий, должностные обязанности учителя физической культуры, инструкции по проведению занятий в специальных медицинских группах. После распределения членов бригады по классам практикант знакомится с состоянием здоровья и уровнем физического развития учащихся вверенных ему классов (начальные классы, среднее звено, старшие классы), постановкой медицинского контроля в процессе физического воспитания. На первой неделе практики происходит знакомство с классом, в котором он будет выполнять функции классного руководителя. Для эффективной постановки воспитательной работы практикант исследует особенности коллектива, систему и план воспитательной работы. Совместно с классным руководителем составляет собственный план воспитательной работы на период практики. Организационный этап вбирает в себя также закрепление практикантов за учащимися специальных медицинских групп, занимающихся по отдельному расписанию (численность занимающихся устанавливается исходя из конкретных условий). После определения объема учебных заданий составляется индивидуальный план работы практиканта и утверждается групповым руководителем. Самой сложной на организационном этапе (первая неделя практики) является разработка собственных документов планирования физического воспитания учащихся. Практикант составляет четвертной план, план работы с учащимися специальной медицинской группы, готовит первые конспекты проведения учебных занятий. Составленные планы подлежат защите.

В соответствии с содержанием работы на данном этапе проводятся встречи с директором или представителем администрации школы, врачом школы (медицинским работником), учителями физической культуры, классным руководителем. Под руководством группового руководителя практики (методиста) оформляется «Уголок практиканта», составляется расписание занятий, разрабатываются индивидуальные планы работы на период практики,

определяется время проведения еженедельных собраний бригады. До практикантов доводятся требования по ведению дневника, документов планирования, отчетных документов. Образцы основных документов даны в приложении (приложения 1-8). В случае, когда форма документов не устанавливается, она может быть произвольной.

Организационный этап является решающим для успешного прохождения практики, требует предельной мобилизации сил.

Производственный этап связан с непосредственным выполнением заданий, направленных на приобретение прикладных знаний, умений, овладение навыками, формирование необходимых профессиональных компетенций. В основное содержание этого этапа входят все основные разделы, предусмотренные Федеральным стандартом.

В учебной практике в школе наиболее широко представлена *педагогическая деятельность*, включающаяся в себя педагогический контроль уроков физической культуры, их проведение, проведении мероприятий общевоспитательного характера. Важное место отводится освоению навыков и умений в использовании современных активных средств обучения, компьютерных технологий и технических средств, форм контроля и оценивания результатов учебной деятельности, форм общения и взаимодействия в процессе учебных занятий, методов поощрения. *Педагогическая деятельность* студентов сопровождается со стороны выпускающей кафедры, кафедры психологии, теории и методики физической культуры и педагогики.

По данному разделу работы студент обязан выполнить следующий объем работ:

1. Провести 4 частичных наблюдений и 2 полных педагогических наблюдения за уроками ФК; сделать заключение и внести предложения по совершенствованию профессиональной деятельности.

2. Выполнить хронометраж 1-2 уроков, проводимых членами бригады, рассчитать общую и моторную плотность урока, оформить протокол хронометража урока в журнале практиканта. На основании полученных данных сделать заключение о рациональности распределения времени на уроке.

3. Провести регистрацию ЧСС у учащихся на 1-2 уроках, проводимых членами бригады, построить график изменения ЧСС у школьников на протяжении урока. оформить в журнале практиканта протокол регистрации ЧСС и письменный анализ нагрузки, выполненный школьниками в ходе урока.

4. Провести в качестве помощника учителя 2-3 раза подготовительную часть урока в классах разных возрастных групп.

5. Провести в качестве помощника учителя 2-3 раза основную часть урока в классах разных возрастных групп, выполняя задание по обучению двигательным действиям, воспитанию физических качеств.

6. Провести в качестве помощника учителя 2-3 раза заключительную часть урока в классах разных возрастных групп.

7. Провести самостоятельно по 10 уроков физической культуры в классах разных возрастных групп (начальных, средних, старших). Форма конспекта дана в приложении 3.

8. Практика в проведении мероприятий общевоспитательного характера курируется со стороны методистов по педагогике и психологии. Студенту необходимо знакомиться с содержанием и организацией внеклассной воспитательной работы в школе, изучить план воспитательной работы прикрепленного класса, выявить степень удовлетворенности учащихся прикрепленного класса различными сторонами жизни класса, обсудить полученные данные с классным руководителем. Использовать полученные показатели измерений при составлении характеристики коллектива и отдельного ученика, при проведении воспитательной работы в классе и с отдельными учениками. Обеспечить воспитывающий характер обучения в процессе уроков физической культуры; сочетать проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с решением задач нравственного, эстетического и трудового воспитания. Осуществлять сотрудничество с обучающимися, их родителями, педагогами. Выбор темы конкретного общевоспитательного мероприятия осуществляется в соответствии с интересами учащихся, их возрастом. Необходимым при этом является составление плана

мероприятия, подготовка наглядного материала (иллюстрации, слайды и т.д.), сценария мероприятия.

Реабилитационная (восстановительная), компенсаторная и профилактическая деятельность на данном курсе ограничивается проведением занятий в специальных медицинских группах. Одной из важнейших задач является приобретение первичного опыта работы с детьми, имеющими отклонения в физическом развитии, привитие интереса к работе с таким контингентом. Методика занятий определяется особенностями контингента занимающихся: уровнем их здоровья, физической и технической подготовленности. Всего практиканту необходимо провести самостоятельно 10 занятий с данным контингентом.

Практикант должен приобрести умения в проведении физкультурных минуток и подвижных перемен в начальных классах, постичь механизм и эффект их влияния на проявление умственной работоспособности, понять и обеспечить взаимосвязь урочной и внеурочной работы для решения программных задач физического воспитания школьников. Всего практикант проводит 3 физкультурных минутки и 2 подвижных перемены.

Научно-исследовательская деятельность направлена на определение эффективности проводимых уроков физической культуры и секционных занятий. Основными исследовательскими методами являются анализ литературных материалов, тестирование, изучение документальных материалов, педагогические наблюдения (включая хронометражные исследования и пульсометрию занятий практикантов). По согласованию с научным руководителем в период практики может осуществляться сбор материала для дипломной работы. Результаты работы фиксируются в журнале и дневнике практиканта.

Организационно-управленческая деятельность осуществляется также через проведение внеклассной физкультурно-массовой работы и общешкольных физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. Организация физкультурных праздников, Дней здоровья, спортивных соревнований по различным видам спорта, программным упражнениям способствует выработке управленческих навыков, учит организовывать работу малых коллективов исполнителей, обеспечивать охрану жизни и здоровья учащихся. По данному разделу работы практикант составляет календарный план физкультурно-оздоровительных мероприятий и спортивно-массовой работы в школе, организует одно мероприятие. На проводимое мероприятие практикант составляет Положение о мероприятии, разрабатывает сценарий проведения, определяет состав жюри, обеспечивает подготовку мест для зрителей, подбирает необходимый инвентарь и оборудование, осуществляет подготовку участников, подводит итоги мероприятия (награждение победителей, закрытие).

Итоговый этап является завершающим в структуре учебной практики. На 6-й неделе практикант проводит зачетный урок физической культуры, являющийся интегральным показателем профессиональной подготовленности на данном этапе обучения (зачетный урок может быть проведен на учащихся специальной медицинской группы). За два дня до окончания практики составляет отчет о проделанной работе, получает характеристику от классного руководителя об эффективности ведения воспитательной работы в прикрепленном классе, сдает документацию групповому руководителю практики. Участие в заключительной конференции на базе академии является обязательным.

ОБЯЗАННОСТИ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ПРАКТИКИ И ПРАКТИКАНТОВ

Права и обязанности практиканта

Права:

- 1) выбирать место прохождения практики из числа предложенных баз;
- 2) получать консультацию по любым вопросам, касающимся практики у группового руководителя (методиста), преподавателей кафедр академии;
- 3) пользоваться библиотекой, кабинетами и находящимися в них учебно-методическими пособиями;
- 4) вносить предложения по совершенствованию программ практики и отдельных заданий;
- 5) получать разъяснение от группового руководителя практики о предварительной оценке по практике;

6) обращаться по спорным вопросам к курсовому руководителю практики, руководителю практики академии и декану факультета.

Обязанности:

- 1) с момента закрепления студентов в период практики за рабочими местами на них распространяются правила охраны труда и правила внутреннего трудового распорядка, действующие в общеобразовательном учреждении;
- 2) в период практики студент подчиняется распоряжениям руководителей баз практики, руководителям практики от академии; проходит инструктаж по охране труда и технике безопасности, медицинский осмотр (при необходимости); несет ответственность за выполняемую работу и ее результаты наравне со штатными работниками;
- 3) студент-практикант выполняет все виды работ, предусмотренные программой учебной практики, аккуратно и тщательно готовится к ним;
- 4) студент должен стремиться быть в ходе практики образцом организованности, дисциплинированности, вежливости и трудолюбия;
- 5) на период практики один из студентов бригады, назначается старостой группы (бригадиром). В обязанности старосты входит учёт посещаемости студентами бригады практики, оповещение их о коллективных консультациях и семинарах, выполнение поручений руководителей практики. Староста ответственен за оформление “Уголка студента-практиканта”;
- 6) все студенты бригады обязаны подчиняться старосте, выполняя его указания, касающиеся практики;
- 7) за два дня до окончания практики студент сдает всю отчетную документацию групповому руководителю практики;
- 8) в случае возникновения обстоятельств, препятствующих выполнению программы практики, студент обязан в течение 3-х дней проинформировать об этом группового руководителя практики и деканат;
- 9) при неоднократном нарушении дисциплины, срыва занятий студент может быть отстранен от прохождения практики.

Обязанности группового руководителя практики (методиста)

Групповой руководитель:

- 1) устанавливает связь с образовательным учреждением, знакомит работников баз, принимающих участие в проведении практики с программой практики, ведет с ними (при необходимости) инструктивно-методическую работу, распределяет студентов по классам, секциям;
- 2) участвует в проведении установочной и итоговой конференции;
- 3) помогает студентам составлять индивидуальные планы на период практики, распределяет функциональные обязанности внутри бригады студентов, планирует работу бригады, утверждает все виды отчетной документации (индивидуальные планы, конспекты и т.п.), контролирует выполнение программы практики, еженедельно подводит итог работы с выставлением дифференцированной оценки;
- 4) вместе с администрацией образовательного учреждения обеспечивает выполнение программы практики;
- 5) организует изучение студентами опыта творческой педагогической деятельности коллектива образовательного учреждения и отдельных педагогов;
- 6) оказывает студентам консультативную помощь в организации и проведении уроков, занятий и других мероприятий, предусмотренных программами практик, проводит в ходе практики методические совещания и семинары;
- 7) своевременно информирует кафедру, деканат руководителя практики академии о ходе практики, случаях грубого нарушения трудовой дисциплины, невыполнении программы практики;
- 8) несет ответственность совместно с руководителем (его заместителем) образовательного учреждения за соблюдение студентами правил техники безопасности;

- 9) контролирует соблюдение студентами правил внутреннего трудового распорядка, выполнение студентами индивидуальных заданий;
- 10) проверяет документацию и итоговые отчеты студентов по практике, оформляет характеристики студентов, составляет собственный отчет о практике;
- 11) представляет установленные отчетные документы (оценочный лист с предварительной оценкой за практику, документацию студентов, журнал методиста с итоговым отчетом о результатах практики и предложениями по ее совершенствованию) курсовому руководителю практики или специалисту по учебно-методической работе не позднее 3-х дней после ее окончания;
- 12) совместно с другими руководителями практики (курсовым, методистом-консультантом по педагогике и психологии, представителями базовых организаций) выставляет студентам бригады итоговую оценку (дифференцированный зачет);
- 13) составляет документы для оплаты труда работников образовательных учреждений.

Обязанности руководителя образовательного учреждения

Руководитель образовательного учреждения:

- 1) способствует созданию атмосферы доброжелательности, внимания, взаимопомощи в работе со студентами в руководимом им учреждении;
- 2) включает студентов в многоплановую педагогическую деятельность образовательного учреждения, знакомит с задачами, проблемами, режимом его работы, правилами техники безопасности;
- 3) знакомит студентов с мастерами педагогического труда, успехами и достижениями, а также проблемами и трудностями коллектива;
- 4) предоставляет возможность практикантам участвовать в работе педагогического совета, методических объединений, родительских комитетов;
- 5) совместно с групповым руководителем и зам. руководителя образовательного учреждения закрепляет студентов за объектами их профессиональной деятельности;
- 6) посещает (выборочно) уроки, внеурочные воспитательные занятия студентов и принимает участие в их обсуждении;
- 7) проводит совещание в начале и в конце учебной практики;
- 8) вносит предложения по совершенствованию учебной практики.

Обязанности специалистов учреждения

Учитель физической культуры (тренер):

- 1) включает студентов в педагогическую деятельность с детьми в соответствии с задачами учебной практики и текущего этапа работы;
- 2) проводит открытые уроки (занятия);
- 3) предоставляет учебный материал для планирования физического воспитания (тренировочного процесса), оказывает консультационную помощь в разработке документов планирования;
- 4) совместно с групповым руководителем практики помогает студентам бригады в подготовке индивидуального плана работы, оказывает практическую помощь в разработке конспектов уроков (занятий) с учетом особенностей занимающихся;
- 5) участвует в анализе и оценке качества работы каждого студента;
- 6) присутствует на совещаниях по вопросам учебной практики;
- 7) вносит предложения по совершенствованию теоретической и практической подготовки студентов.

Классный руководитель:

- 1) помогает студентам в планировании и проведении воспитательной работы в период практики;
- 2) присутствует на проводимых студентами воспитательных мероприятиях, дает им оценку;
- 3) участвует в совещаниях по учебной практике у руководителя образовательного учреждения;
- 4) готовит характеристику на студента (студентку), вносит предложения по совершенствованию общепедагогической подготовки.

ФОРМА ОТЧЕТА ПО ПРАКТИКЕ

По итогам практики студент должен подготовить *развернутый письменный отчет*. В отчете приводится информация аналитического, обобщающего, цифрового характера, отражаются результаты практики (приобретенные знания, умений, навыки), отмечаются проблемы, возникшие в ходе прохождения практики, даются предложения по совершенствованию практики. Отчет оформляется в журнале практиканта. В качестве отчетной документации студент предоставляет:

1. Характеристику практиканта, подписанную групповым руководителем (методистом), учителем физической культуры и директором школы;
2. Характеристику практиканта, подписанную классным руководителем;
3. Журнал практиканта со всеми предусмотренными программными заданиями практики по основным разделам работы, включая отчет по практике;
4. Конспекты уроков;
5. Конспект зачетного урока по установленным требованиям;
6. Выполненные задания по педагогике и психологии.
7. Задания по научно-исследовательской деятельности.

ПОРЯДОК АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ

По результатам *учебной практики* в школе проводится дифференцированный зачет. Зачет по *практике* выставляется комиссией в составе курсового руководителя (председатель комиссии), группового руководителя (методиста), преподавателей-консультантов по педагогике и психологии. Зачет ставится на основании результатов защиты студентами отчетной документации, с учетом реальных достижений в работе. Студент, не выполнивший программу практики, получивший отрицательный отзыв о работе или неудовлетворительную оценку при сдаче зачета, повторно направляется на практику (не более одного раза) в свободное от учебы время (без отрыва от учебных занятий в академии или в период студенческих каникул). Студент, получивший неудовлетворительную оценку при сдаче зачета проводившегося в весеннем семестре выпускного курса, не допускается к сдаче государственных экзаменов и представляется к отчислению из академии.

Студенты-практиканты, не прошедшие медосмотр (в тех случаях, когда это требуется), нарушившие правила охраны труда, внутреннего распорядка или режим рабочего времени по представлению руководителей практики могут быть отстранены от практики. Вопрос о возможности повторного направления на практику либо отчисления из академии решается деканом факультета.

В случае если студент проходил практику, но отчетная документация студента не представлена ко времени проведения зачета, или студент не явился на зачет в установленное время, в соответствующей графе ведомости производится запись «не явился». Декан факультета в течение 3 дней организует выяснение причины неявки студента и выставляет в сводную ведомость оценку «неудовлетворительно», если причина неявки неуважительная. В иных случаях декан факультета принимает решение на основании предъявленных оправдательных документов в установленном порядке. Студенты, не выполнившие программу практики без уважительной причины, или получившие отрицательную оценку, могут быть отчислены из академии как имеющие академическую задолженность в порядке, предусмотренном Уставом академии.

Оценка на практике приравнивается к оценкам по теоретическому обучению и учитывается при подведении итогов общей успеваемости студентов.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАКТИКИ

Основная литература:

1. Булич, Э. Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах. - М.: Высшая школа, 2004. – 124 с.
2. Давыдов В.Ю. Меры безопасности на уроках физической культуры: учебно-методическое пособие / В.Ю. Давыдов. - М. : Советский спорт, 2007. – 140 с.

2. Красников А.А. Тестирование теоретико-методических знаний в области физической культуры и спорта: учебное пособие / А.А. Красников, Н.Н. Чесноков. – М.: Физическая культура, 2010. – 176 с.
4. Максименко А.М. Педагогическая практика студентов по физическому воспитанию в школе: учебное пособие для студентов высших учеб. заведений. – Изд. 2-е испр. и доп.. – М.: Физическая культура, 2006. – 128 с.
5. Маслова О.Ю. Физическая культура: педагогические основы ценностного отношения к здоровью: учебное пособие/О.Ю. Маслова; под ред. М.Я. Виленского. – М.: КНОРУС. – 2012. – 184 с.
6. Никитушкин В.Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник /В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2009. – 208 с.
7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – 3 изд. перераб. и доп. – М.: Физкультура и Спорт, СпортАкадемПресс, 2008. – 544 с.
8. Педагогика физической культуры: учебник /под общ. ред. В.И. Криличевского, А.Г. Семенова, С.Н. Бекасовой. – М.: КНОРУС, 2012. – 320 с.
9. Сборник образцов журналов и актов по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом в образовательном учреждении /сост. В.А.Муравьев, М.А. Грибачева, Т.Б.Кириякова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 27 с.
10. Справочник учителя физической культуры / авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева. - Волгоград : Учитель, 2008. – 239 с.
11. Теория и методика физической культуры /под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2010.– 463 с.
12. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник /ред. С.П.Евсеев. – 3-е изд. стер. Т. 1. Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры. – М.: Советский спорт, 2010. – 291 с.
13. Физическая культура: учебник /под ред. М.Я. Виленского. – М.: КНОРУС, 2012. – 424 с.

Дополнительная литература:

1. Анализ техники и методики обучения коньковым лыжным ходам: учебно-методическое пособие /сост. Н.Н. Мельникова, Н.В. Румянцева. – М.: Советский спорт, 2011. – 168 с.
2. Баршай В.М. Гимнастика: учебник / В.М. Баршай, В.Н. Курысь, И.Б. Павлов. – Ростовн/Д: Феникс, 2009. – 314 с.
3. Бойко В.Ф. Физическая подготовка борцов : учеб. пособие / В.Ф. Бойко, Г.В. Данько. - М.: ТВТ Дивизион, 2010. – 224 с.
4. Беляев А.В. Волейбол: теория и методика тренировки / А.В. Беляев, Л.В. Булыкина. - М. : Физкультура и спорт, 2007. – 184 с..
5. Варюшин В.В.Тренировка юных футболистов: учеб. пособие / В.В. Варюшин. - М.: Физическая культура, 2007. – 112 с.
6. Волейбол : учебник для вузов / ред. А.В. Беляев, М.В. Савин. – 4-е изд. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 360 с.
7. Годик М.А. Комплексный контроль в спортивных играх / М.А. Годик, А.П. Скородумова. - М.: Советский спорт, 2010. – 336 с.
8. Копаев В.П. Комплексное годовое планирование физического воспитания школьников (обоснование подхода, технология разработки и обучения): учеб. пособие /ВЛГИФК. – Великие Луки, 2003. – 65 с.
9. Копаев В.П. Комплексная программа профильной подготовки учащихся 10-11 классов со спортивно-педагогической направленностью. – Великие Луки, 2011. – 35 с.
10. Коренберг В.Б. Спортивная метрология: учебник. – М.: Физическая культура, 2008. – 368 с.
11. Котешев В.Е. Бокс : учебник для спец. учеб. заведений / В.Е. Котешев, В.А. Макаров. – Краснодар: КГУФКСТ, 2008. – 224 с.

12. Кузнецов В.К. Основы техники и обучение способам передвижения на лыжах : учеб. пособие для студ. вузов физ. культуры / В.К. Кузнецов, М.В. Артеменко. – Малаховка : МГАФК, 2010. – 156 с.
13. Легкая атлетика: учебник / ред. Н.Н. Чесноков, В.Г. Никитушкин. – М.: Физическая культура, 2010. – 448 с.
14. Легкая атлетика : правила соревнований ВФЛА. – М. : Советский спорт, 2010. – 224 с. .
Локтев, С.А. Легкая атлетика в детском и подростковом возрасте : практ. руководство для тренера / С.А. Локтев. – М. : Советский спорт, 2007. – 404 с.
15. Лепешкин В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры : метод. пособие / В.А. Лепешкин. – М. : Советский спорт, 2011. – 98 с.
16. Лепешкин В.А. Волейбол в школе: обучение тактике игры / В.А. Лепешкин. – Вып.1(13) . - М. : Чистые пруды, 2007. – 32 с. – (Спорт в школе)
17. Лях В.И. Физическая культура. 10-11 классы: учеб. пособие для общеобразоват. учреждений / В.И. Лях, А.А. Зданевич. – 4-е изд. – М. : Просвещение, 2009. – 237 с.
18. Макаров А.Г. Организация и судейство соревнований по лыжным гонкам : учеб. пособие / А.Г. Макаров, С.Г. Сорокин. – Омск : СибГУФК, 2008. – 140 с.
19. Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика : учеб. для вузов /Ю.В. Менхин, А.В. Менхин. – 2-е изд. перераб. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 2009. – 432 с.
20. Менхин А.В. Рекреативно-оздоровительная гимнастика: учебное пособие / А.В. Менхин. – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 160 с.
21. Мини-футбол (футзал): судейство соревнований и правила игры : учебно-метод. пособие / А.Т. Шаргаев Ассоциация мини-футбола России. – М. : Советский спорт, 2010. – 116 с.
22. Нестеровский, Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения : учеб. пособие для студ. вузов / Д.И. Нестеровский. – 5-е изд., стер. – М. : Академия, 2010. – 336 с.
23. Никитушкин В.Г. Легкая атлетика в школе : учеб. пособие / В.Г. Никитушкин, Г.Н. Германов. – Воронеж: Истоки, 2007. – 603 с. – (Высш. проф. образование) .
24. Нормативное правовое обеспечение физической культуры и спорта лиц с ограниченными возможностями здоровья: сб. документов и материалов. – М.: Советский спорт, 2009. – 256 с.
25. Официальные правила баскетбола 2008. – Пекин, 2009. – 138 с.
Подвижные игры: учебник / Л.В. Былеева, И.М. Коротков, Р.В. Климкова [и др.]. – М. : Физическая культура, 2007. – 288 с. .
26. Положение о порядке проведения практики студентов образовательных учреждений профессионального высшего образования: Приложение к Приказу Минобразования России от 25.03.2003 № 1154.
27. Правила соревнований по лыжным гонкам / ред. В.А. Логинов. – М. : Светотон, 2007. – 160 с.
28. Старовойтова О.Л. Основы физкультурно-оздоровительной работы в школах-интернатах : учеб. пособие / О.Л. Старовойтова. – Смоленск : СГАФКСТ, 2010. – 182 с.
- Тихонов, В.Н. Технология урока гимнастики в школе: учеб. пособие для студ. вузов физ. культуры / В.Н. Тихонов, С.В. Лепешкина, Л.М. Орлова. – Малаховка : МГАФК, 2011. – 116 с.
29. Физическая культура. 1-11 классы: развернутое тематическое планирование по комплексной программе / авт.-сост. М.И. Васильева, И.А. Гордияш, О.Н. Камышанова [и др.]. – Волгоград: Учитель, 2010. – 183 с.
30. Физическое воспитание в школе / авт.-сост. Е.Л. Гордияш, И.В. Жигульская, Г.А. Ильина [и др.]. – Волгоград: Учитель, 2008. – 379 с.
31. Физкультура. 2 класс: поурочные планы / авт.-сост. М.В. Видякин. - Волгоград: Учитель, 2007. – 159с.
32. Физкультура. 3 класс: поурочные планы / авт.-сост. М.С. Блудилина, С.В. Емельянов. - Волгоград: Учитель, 2007. – 108с.
33. Физкультура. 5 класс: поурочные планы / авт.-сост. Г.В. Бондаренкова, Н.И. Коваленко, А.Ю. Уточкин. Изд. 2-е перераб. – Волгоград: Учитель, 2012. – 183с.

34. Физкультура. 7 класс: поурочные планы / авт.-сост. Г.В. Бондаренкова, Н.И. Коваленко, А.Ю. Уточкин. Изд. 2-е перераб. - Волгоград: Учитель, 2012. – 156с..
35. Физкультура. 9 класс: поурочные планы / авт.-сост. Г.В. Бондаренкова. - Волгоград : Учитель, 2007. – 217с.
36. Физкультура: тематическое планирование по 2- и 3-часовой программ. 1-11 классы / сост. К.Р. Мамедов. – Волгоград: Учитель, 2007. – 63 с.
37. Периодические издания по профилю специальности:
- Теория и практика физической культуры;
 - Тренер;
 - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка;
 - Адаптивная физическая культура;
 - Физическая культура в школе;
 - Физкультура и спорт.

4.2. Программа производственной практики направления подготовки 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» по профилю подготовки - адаптивное физическое воспитание

Степень (квалификация) выпускника - бакалавр

Форма обучения очная

Автор-разработчик: Сазонова Людмила Анатольевна, кандидат биологических наук, доцент

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1. Цель практики

Цель производственной практики – формирование профессиональных компетенций через применение полученных теоретических знаний, обеспечение непрерывности и последовательности овладения студентами профессиональной деятельностью, формами и методами работы, приобретение профессиональных навыков, необходимых для работы, воспитание исполнительской дисциплины и умения самостоятельно решать задачи деятельности конкретной организации.

1.2. Задачи практики

- углубить и закрепить теоретические знания, полученные в академии и применить их в учебно-воспитательной и научной работе;
- применять разнообразные методы, активизирующие познавательную деятельность обучающихся;
- стимулировать интерес к научно-исследовательской работе в области педагогических и профильных наук;
- сформировать целостное представление о будущей профессиональной деятельности;
- проявить творчество, самостоятельность и активность в решении профессиональных задач;
- самовоспитание, направленное на формирование профессионально-значимых качеств и способностей.

1.3. Место раздела в структуре ООП бакалавриата

Производственная практика принадлежит к циклу «Учебная и производственная практика» (Б.5.) и направлена на формирование общих и профессиональных компетенций. Производственная практика проводится на 4 курсе в 7 семестре, выполняя функции преобразования теоретических знаний в широкий комплекс профессиональных умений и навыков для решения задач адаптивного физического воспитания. Прохождению практики предшествует изучение таких дисциплин, как анатомия человека, биохимия человека, физиология человека, педагогика физической культуры, психология, основы медицинских знаний.

1.4. Базы практики

Производственная практика может проходить на базе образовательных учреждений: детского сада, Центра развития ребенка, Центра образования и др., а также на базе лечебно-профилактических и оздоровительных учреждений, где обучаются и воспитываются дети и подростки с отклонениями в развитии.

1.5. Организация практики

Общая организация практики осуществляется в соответствии с утвержденным Положением «О порядке проведения практики студентов ФГБОУ ВПО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта», утвержденным на заседании Ученого совета ФГБОУ ВПО «ВЛГАФК» (протокол №4 от 29 ноября 2011 года)».

Продолжительность производственной практики в соответствии с Государственным образовательным стандартом и учебным планом академии составляет 7 недель (378 часов). Работа студентов организуется в соответствии с программой практики под руководством методиста академии из числа профессорско-преподавательского состава академии и методистов образовательных и лечебных учреждений.

С момента зачисления студентов в качестве практикантов на рабочие места на них распространяются правила охраны труда. Во время прохождения практики студент обязан подчиняться правилам внутреннего распорядка учреждений, соблюдать трудовую дисциплину, выполнять распоряжения администрации базы практики и методистов.

Сроки прохождения практики, перечень баз практики, назначение методиста утверждаются приказом по академии. Общее руководство организацией практики возлагается на руководителя практики академии, курсового руководителя и декана факультета.

Учебная нагрузка руководителей практики от академии и работников баз практики устанавливается ученым советом академии.

Требования к результатам освоения раздела

В результате освоения данной ОПОП ВПО в соответствии с целями основной профессиональной образовательной программы и задачами профессиональной деятельности бакалавр должен обладать следующими компетенциями:

- способностью понимать движущие силы и закономерности исторического процесса; роль насилия и ненасилия в истории, место человека в историческом процессе, политической организации общества (ОК-2);
- умением логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь (ОК-5);
- готовностью к взаимодействию (кооперации) с коллегами, работе в коллективе, знает принципы и методы организации и управления малыми коллективами (ОК-6);
- способностью находить организационно-управленческие решения вне стандартных ситуациях и готов за них нести ответственность (ОК-7);
- стремлением к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства (ОК-9);
- готовностью критически оценить свои достоинства и недостатки, наметить пути и выбрать средства развития достоинств и устранения недостатков (ОК-10);
- использованием основные законы естественнонаучных дисциплин в профессиональной деятельности, применяет методы математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования (ОК-14);
- владением основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий (ОК-19)
- знанием истории, закономерностей, функций, принципов, средств и методов отечественной и зарубежной систем адаптивной физической культуры, их роли и места в общей системе физической культуры (ПК-1);
- знанием отечественного и зарубежного опыта адаптивной физической культуры (ПК-2);
- знанием морфофункциональных, социально-психологических особенностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп (ПК-3);
- умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья специальными знаниями и способами их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры (ПК-4);
- умением обучать лиц с отклонениями в состоянии здоровья двигательным действиям, позволяющим реализовывать потребности, характерные для конкретного вида адаптивной физической культуры (ПК-5);
- умением определять цели и задачи адаптивной физической культуры как фактора

гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физической реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-6);

- умением планировать содержание уроков, 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-7);
 - готовностью применять в профессиональной деятельности современные средства, методы, приемы, технические средства для осуществления когнитивного и двигательного (моторного) обучения и оценивать состояние занимающихся (ПК-8);
 - умением формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способы самообразования в сфере адаптивной физической культуры (ПК-9);
 - умением изучать с позиций достижений психолого-педагогической и социологической науки и передовой практики коллектив и индивидуальные особенности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в процессе занятий тем или иным видом адаптивной физической культуры и использовать полученную информацию при планировании и построении занятий (ПК-10);
 - знанием потребности человека, его ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, эмоции и чувства (ПК-11);
 - знанием современные идеалы европейской и мировой культуры (ПК-12);
 - умением формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья социально значимые потребности, ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, позволяющие им самим управлять собой, подчинять самого себя собственной воле (ПК-13);
 - знанием основные причины и условия возникновения негативного социального поведения (наркомании, алкоголизма, табакокурения, компьютерной, экранной, игровой зависимостей), способы и приемы воспитания у лиц с отклонениями в состоянии здоровья активного отрицательного отношения к этим явлениям (ПК-14);
 - умением проводить профилактическую работу по недопущению негативных социальных явлений в жизни лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-15);
 - умением формировать ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни у лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться и самоактуализироваться (ПК-16);
- развивающая деятельность:
- знанием закономерностей развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, чувствительные периоды развития тех или иных функций (ПК-17);
 - знанием этиологии и патогенеза основных заболеваний лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-18);
 - умением способствовать развитию психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом чувствительных периодов развертывания их функций, этиологии и патогенеза заболеваний (ПК-19);
 - умением воплощать в жизнь задачи развивающего обучения, обеспечивающего оптимальное умственное и физическое развитие человека (ПК-20);
 - реабилитационная (восстановительная) деятельность: знанием закономерностей восстановления нарушенных или временно утраченных функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и тендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-21);
 - умением работать в междисциплинарной команде специалистов, реализующих процесс восстановления лиц с ограниченными возможностями здоровья (ПК-22);
 - умением проводить с занимающимися комплексы физических упражнений, применять

физические средства и методы воздействия на лиц с отклонениями в состоянии здоровья с целью восстановления у них нарушенных или временно утраченных функций (ПК-23);

- готовностью к использованию методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья и внесению коррекций в восстановительные воздействия в зависимости от результатов измерений и (или) рекомендаций членов междисциплинарной команды (ПК-24);
- способностью производить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок (ПК-25);
- способностью обеспечивать условия для наиболее полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением или временной утратой функций организма человека (ПК-26); компенсаторная деятельность:
- или травмы функций организма человека для наиболее типичных нозологических форм, видов инвалидности, различных возрастных и тендерных групп лиц с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-27);
- умением развивать оставшиеся после болезни или травмы функции организма человека с целью частичной или полной замены навсегда утраченных функций в результате того или иного заболевания и (или) травмы (ПК-28);
- умением развивать физические качества, обучать новым способам двигательной деятельности лиц с отклонениями в состоянии здоровья, исходя из нарушенных или навсегда утраченных функций (ПК-29);
- знанием основ эргономики и возможностей приспособления (адаптации) внешней среды для реализации основных видов жизнедеятельности человека с отклонениями в состоянии здоровья (самообслуживание, профессиональная деятельность, культура, спорт, отдых) (ПК-30);
- знанием закономерности развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту, заболеванию и поражению (ПК-31);
- умением проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) (ПК-32);
- умением проводить комплексы физических упражнений, применять физические средства и методы воздействия на человека с целью предупреждения возможного возникновения и (или) прогрессирования заболеваний, обусловленных основным дефектом организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний) (ПК-33);
- способностью осуществлять простейшие психотерапевтические приемы по профилактике прогрессирования и (или) устранению психологических комплексов, характерных для различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья (ПК-34);
- знанием актуальных проблем в сфере адаптивной физической культуры (ПК-35);
- способностью проводить научные исследования по определению эффективности различных сторон деятельности в сфере адаптивной физической культуры с использованием современных методов исследования (ПК-36);
- способностью проводить обработку результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий, формулировать и представлять обобщения и выводы (ПК-37);
- способностью проводить научный анализ результатов исследований и использовать их в практической деятельности (ПК-38); организационно-управленческая деятельность:
- способностью составлять финансовые документы учета и отчетности в сфере адаптивной

- физической культуры, работать с финансово- хозяйственной документацией (ПК-39);
- способностью разрабатывать оперативные планы работы и обеспечивать их реализацию в первичных структурных подразделениях (ПК-40);
- организовывать и проводить массовые физкультурные мероприятия и спортивные соревнования по паралимпийским, сурдлимпийским и специальным олимпийским видам спорта (ПК-41);
- готовностью обеспечивать подготовку и работу необходимого оборудования и организовывать судейство соревнований по различным видам адаптивного спорта (ПК-42);
- знанием и умением организовывать и проводить соревнования с учетом медицинской, спортивно-функциональной и гандикапной классификации спортсменов (ПК-43);
- знанием и готовностью обеспечивать технику безопасности при проведении занятий (ПК-44);
- знанием и способностью практически использовать документы государственных и общественных органов управления в сфере адаптивной физической культуры (ПК-45).

В результате освоения программы практики студент должен **знать:**

- историю, принципы и методы отечественной системы физического воспитания различных контингентов населения, их роль и место в общей системе физической культуры;
- отечественный и зарубежный опыт массовой физкультурно-оздоровительной работы и туризма;
- теорию и методику обучения основным видам физических упражнений, основы тренировки в избранном виде спорта, основы организации и проведения спортивно-массовой и оздоровительной работы с различными группами населения;
- методы и средства проведения методической работы в области физической культуры и спорта;
- дидактические возможности различных методов и средств физической подготовки подрастающего поколения и взрослого населения, включая инвалидов и лиц с ограниченными функциональными возможностями и отклонениями в состоянии здоровья;
- морфо-функциональные особенности организма человека в норме и при различных заболеваниях, включая инвалидность, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта, важнейшие методы проведения врачебно-педагогического контроля, профилактику травматизма, оказание первой доврачебной помощи;
- организационную структуру профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта.

уметь:

- определять общие и конкретные цели и задачи физического воспитания, спортивной подготовки и профилактико-оздоровительной работы как составной части гармонического развития личности, укрепления ее здоровья;
- планировать уроки, другие формы физкультурно-спортивных занятий с учетом санитарно-гигиенических основ физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей;
- применять в профессиональной деятельности современные методы, приемы, технические средства (аудиовизуальную технику, тренажеры, компьютерную технику и т.п.);
- осуществлять комплексный контроль в процессе занятий физическими упражнениями;

- с позиций современных достижений психолого-педагогической науки и передовой практики изучать коллектив и каждого отдельного ученика, овладевающего физической культурой;
- использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности для воспитания патриотизма и любви к отечеству, формирование здорового образа жизни, потребности в регулярных физкультурно-спортивных занятиях;
- организовать и проводить в доступных формах научные исследования в сфере профессиональной деятельности;
- используя педагогические, медико-биологические методы, контролировать состояние занимающихся, влияние на них физических нагрузок и в зависимости от результатов контроля корректировать их;
- корректировать собственную преподавательскую деятельность и деятельность занимающихся в зависимости от результатов контроля.

владеть:

- методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях физической культуры и спорта, приемами агитационно-пропагандистской работы по вовлечению населения в занятия спортом, рекреационной деятельностью;
- навыками самоанализа собственной личности в тесной связи с духовной культурой;
- образной эмоциональной речью, как средством воздействия на занимающихся физической культурой и спортом, использовать приемы межличностных отношений и общения в коллективе.

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИКИ

Производственная практика подразделяется на логически взаимосвязанные разделы, обусловленные Федеральным Государственным образовательным стандартом.

Общая трудоёмкость практики составляет 378 часов.

Тематически й план производственной практики

<i>n/n</i>	<i>часов</i>
1. Организационный,	48
2. Педагогический,	35
3. Воспитательный,	30
4. Развивающий,	50
5. Реабилитационный (восстановительный),	40
6. Компенсаторный,	50
7. Профилактический	45
8. Научно-исследовательский,	40
9. Организационно-Управленческий.	40
Всего:	378
Итоговая аттестация по производственной практике – дифференцированный зачёт .	

Содержание производственной практики.

№ п/ п	Разделы работы	Содержание работы (виды)	Кол -во час ов	Виды учебной работы и трудоёмкость (в часах)			Формы и методы контроля
				Наблюдение, изучение, анализ	Практическая работа	Самостоятельная работа/работас документами	

1.	Организационный этап		48	14	14	20	
		Участие в установочной конференции (ознакомление с целью, задачами, содержанием, практики)	2	2	–	–	Запись в дневнике практиканта
		Основные направления работы, традиции, требования, предъявляемые к занимающимся	4	2	–	2	Запись в дневнике (журнале) практиканта
		Оценка материально-технической базы ЛПУ, Организация и методика построения лечебно-профилактического процесса на базе практики.	4	2	–	2	Запись в дневнике (журнале) практиканта
		Изучение нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность методиста ЛФК и массажа	6	4	–	2	Запись в дневнике (журнале) практиканта
		(Конституция РФ, правила безопасности при проведении занятий и др.)	6	2	–	2	Запись в дневнике (журнале) практиканта
		Изучение показателей состояния здоровья и уровня физического развития детей по данным медицинского контроля	4	2	–	2	План работы практиканта
		Составление индивидуального плана	6	–	2	2	Запись в дневнике (журнале) практиканта

		прохождения практики Формирование групп для проведения занятий Выявление особенностей коллектива, составление плана воспитательной работы Разработка документов планирования профилактического процесса	2 6 14	– – –	2 2 8	– 2 6	Запись в дневнике (журнале) практиканта, план воспитательной работы план проведения профилактических мероприятий на период практики
2.	Педагогический ,	осуществлять обучение лиц с отклонениями в состоянии здоровья в области специальных знаний и способов" их рационального применения для оптимизации физических потенций в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры; обеспечивать усвоение занимающимися с ограниченными возможностями здоровья двигательных действий, позволяющих реализовывать жизненно и профессионально важные умения и навыки, лечебное	35	10 2 2	10 2 2	15 4 4	конспекты Протоколы хронометража Протоколы пульсометрии Записи в дневнике практиканта Записи в дневнике практиканта (фрагменты конспектов)

		воздействие на организм человека, экстремальные и креативные виды двигательной активности; определять, планировать, реализовывать и корректировать содержание когнитивного и двигательного (моторного) обучения, исходя из единства механизмов формирования ориентировочной основы умственных, сенсорных, перцептивных и двигательных действий и понятий и с учетом результатов оценивания физического, функционального и психического состояния занимающихся; способствовать формированию у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способов познания и преобразования собственных физических качеств и окружающего мира (способов самообразования в сфере адаптивной		2	2	4	Конспекты занятий Запись в дневнике практиканта
							Конспекты занятий Комплексы мероприятий Режим жизни лиц с отклонениям и в состоянии здоровья
				4	4	3	

[illegible]

		табакокурения, компьютерной, экранной, игровой и других видов зависимостей; добиваться того, чтобы ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни становились достоянием общества и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, формировать у них способности вести самостоятельную жизнь на основе сформированных потребностей и ценностных ориентации;		2	2	2	проведение санитарно-просветительской работы среди лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
4.	Развивающий,	содействовать развитию психических и физических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов развития тех или иных психических и физиологических функций, а также структуры, характера, этиологии и патогенеза заболевания; обеспечивать	50	12 4	13 5	25 10	Организация и проведение спортивно-оздоровительных мероприятий.

		усвоение занимающимися спектра знаний из различных областей науки о закономерностях развития человека, его двигательной, психической, духовной сфер с целью своевременного и целенаправленног о воздействия для оптимизации процесса развития; содействовать реализации задач развивающего обучения, обеспечивающего полноценное усвоение знаний, формирование учебной деятельности, непосредственно влияющих на умственное и физическое развитие человека;		4	4	10	анализ и обсуждение
				4	4	5	конспекты занятий
5.	Реабилитацион ный (восстановитель ный),	способствовать восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека и способностей к общественной и профессионально й деятельности инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья с использованием	40	15 5	20 5	5 2	конспекты занятий

		средств и методов адаптивной физической культуры; обеспечивать возможности более полного устранения ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья; проводить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок;		5	5	1	конспекты занятий
				5	10	2	конспекты занятий
6.	Компенсаторный,	способствовать развитию оставшихся после болезни или травмы функций организма человека с целью частичной или полной замены утраченных функций; обеспечивать освоение новых способов реализации основных видов жизнедеятельности человека, исходя из его оставшихся функций;	50	20 10	20 10	10 5	конспекты занятий
				10	10	5	
7.	Профилактический	проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания	45	15 10	20 10	10 5	конспекты занятий

[illegible]

		современных методов исследования; осуществлять научный анализ, обобщение, оформление и презентацию результатов научных исследований;		5	10	5	
9.	Организационно-управленческий .	организовывать и проводить физкультурно-массовые и спортивные мероприятия с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья; планировать свою профессиональную деятельность, руководствуясь Конституцией Российской Федерации, законами Российской Федерации и органов управления в сфере физической культуры и спорта и образования, нормативно-правовыми актами в сфере физической культуры и спорта и образования; работать с финансово-хозяйственной документацией в сфере адаптивной физической культуры и ее	40	10 5	20 10	10 5	Календарь спортивных мероприятий для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья Запись в дневнике практиканта
				3	5	3	

	основных видов; соблюдать правила и нормы охраны труда, техники безопасности, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся в процессе занятий.		2	5	2	
Итого:		378		147		

ОБЯЗАННОСТИ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ПРАКТИКИ И ПРАКТИКАНТОВ

Права и обязанности практиканта

Студент-практикант своевременно выполняет все виды работ, предусмотренные программой производственной практики. Он должен проявить себя как начинающий бакалавр, обладающий высокими моральными качествами, глубоким интересом к работе, любовью к обучающимся и педагогической профессии.

По вопросам, возникающим в процессе производственной практики, студенты-практиканты могут обращаться к руководителю практики, администрации базы практики, вносить предложения по совершенствованию её организации. Практикант организует свою деятельность в соответствии с программой производственной практики и внутренним распорядком базы практики.

Практикант должен находиться на базе практики **ежедневно 6 часов**.

Студент-практикант может быть отстранен от прохождения практики в случае:

1. Пропуска более 10% времени педагогической практики без уважительной причины;
2. Студент, пропустивший более 25% времени практики, включая сюда и уважительные причины, также считается не выполнившим учебный план.

Студент, отстраненный от практики или работа которого в ходе прохождения практики признана неудовлетворительной, считается не выполнившим учебный план 7 семестра. По решению руководителя практики от кафедры физиологии и спортивной медицины ему назначается повторное прохождение производственной практики в свободное от учебных занятий время. Задолженность должна быть ликвидирована к началу летней сессии.

Обязанности группового руководителя практики (методиста).

- устанавливает связь с руководителями практики от организации, знакомит работников баз, принимающих участие в проведении практики с программой практики (ведёт с ними при необходимости) инструктивно-методическую работу;
- провести инструктаж для студентов на рабочем месте по безопасным методам и приемам выполнения работ, по охране труда;
- участвует в проведении установочной конференции;
- оказывает методическую помощь студентам при выполнении ими индивидуальных заданий и при проведении научно-исследовательской работы;
- оценивают результаты выполнения практикантами программы практики.
- Своевременно информирует кафедру, руководителя практики академии о ходе практики, случаях грубого нарушения трудовой дисциплины, невыполнении программы практики;
- Несет ответственность совместно с руководителем учреждения за соблюдение студентами правил техники безопасности;
- Проверяет документацию и итоговые отчеты студентов по практике, оформляет характеристики студентов, составляет собственный отчет по практике;

- Составляет документы для оплаты труда работников образовательных и лечебных учреждений.

Обязанности руководителя образовательного учреждения.

- Способствует созданию атмосферы доброжелательности, внимания, взаимопомощи в работе со студентами в руководимом им учреждении;
- создаёт условия для повышения квалификации, овладения студентом производственными навыками, а также предоставить возможность подготовки отчетов по итогам производственной практики;
- обеспечивает безопасные условия труда студента;
- Решает организационные и производственные вопросы, связанные с проведением практики;
- предоставляет возможность руководителю практики от учебного заведения посещать предприятия с целью контроля студентов;
- вносит предложения по совершенствованию производственной практики.

Обязанности специалиста учреждения (методист ЛФК, массажа).

- Включает студентов в практическую деятельность с детьми в соответствии с задачами производственной практики и текущего этапа работы;
- Оказывает консультационную помощь в разработке документов планирования;
- Совместно с групповым руководителем практики помогает студентам в подготовке индивидуального плана работы, оказывает практическую помощь в разработке конспектов занятий с учетом особенностей занимающихся;
- Участвует в анализе и оценке качества работы каждого студента;
- Вносит предложения по совершенствованию теоретической и практической подготовке студентов.

ФОРМА ОТЧЕТА ПО ПРАКТИКЕ.

По итогам практики студент должен подготовить развернутый письменный отчет. В отчёте приводится информация аналитического, обобщающего, цифрового характера, отражаются результаты практики (приобретенные знания, умения, навыки), отмечаются проблемы, возникшие в ходе прохождения практики, даются предложения по совершенствованию практики. Отчёт оформляется в журнале практиканта. В качестве отчётной документации студент предоставляет:

1. Характеристику практиканта, подписанную групповым руководителем(методистом), методистом ЛФК и руководителем учреждения где проходила практика.
2. Журнал практиканта со всеми предусмотренными программными заданиями практики, по основным разделам работы, включая отчет по практике.
3. Конспекты занятий по ЛФК и массажу.
4. Конспект зачетного занятия по установленным требованиям.
5. Выполненные задания по педагогике и психологии.
6. Задания по научно-исследовательской деятельности.

ПОРЯДОК АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРАКТИКИ

При выставлении общей оценки за практику учитываются следующие критерии:

1. Полнота выполнения программы практики.
2. Отношение к своим обязанностям студентов-практикантов (самостоятельность, творчество, ответственность).
3. Способы общения с обучающимися и работниками базы практики.
4. Качество и эффективность проведения отдельных форм воспитательной работы.

5. Уровень анализа и самоанализа педагогической деятельности.
6. Качество отчетной документации .
7. НИРС.

По окончании практики студент-практикант составляет письменный отчет и сдает его групповому руководителю. Отчет о практике должен содержать сведения о конкретно выполненной студентом работе в период производственной практики. Для оформления отчета студенту выделяется 3-4 дня по окончании практики.

По окончании практики студент получает зачет с дифференцированной оценкой. При оценке итогов работы студентов на производственной практике принимается во внимание характеристика и оценка, данная ему от базы практики.

Оценка по практике приравнивается к оценкам по теоретическому обучению и учитывается при подведении итогов общей успеваемости студентов.

Студенты, не выполнившие программу практики по уважительной причине, пропустившие более 25% времени направляются на практику вторично, в свободное от учебы время.

Студенты, не выполнившие программу практики без уважительной причины (пропуск 10 % времени) или получившие отрицательную оценку, могут быть отчислены как имеющие академическую задолженность в порядке, предусмотренном уставом академии.

В определении общей оценки участвуют ответственный за практику от кафедры физиологии и спортивной медицины, руководитель практики академии.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРАКТИКИ

Основная литература:

1. Булич, Э. Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах. - М.: Высшая школа, 2004.
2. Дмитриев, А.А. Физическая культура в специальном образовании / А.А. Дмитриев. - М., 2006. - 176 с.
3. Залетаев, И.П., Муравьев В.А. Анализ проведения урока физкультуры. - СпортАкадемПресс, 2008.
4. Литош, Н.Л. Адаптивная физическая культура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии / Н.Л. Литош. - М., 2002. - 140 с.
5. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник/Под общ. ред. С.П.Евсеева.-М.: Советский спорт, 2002. - 448 с.
6. Частные методики адаптивной физической культуры: уч.пособие /Под ред. Л.В.Шапковой.- М.: Советский спорт, 2003.
7. Маслова О.Ю. Физическая культура: педагогические основы ценностного отношения к здоровью: учебное пособие / О.Ю. Маслова; под ред. М.Я. Виленского. - М.: КНОРУС.- 2012. – 184 с.
8. Теория и методика физической культуры / под ред. Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2010. – 463 с.
9. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / ред. С.П. Евсеев. – 3-е изд. стер. Т. 1. Введение в специальность. История, организация и общая характеристика адаптивной физической культуры. – М.: Советский спорт, 2010. – 291 с.
10. Справочник учителя физической культуры / авт.-сост. П.А. Киселев, С.Б. Киселева. – Волгоград: Учитель, 2008. – 239 с.

Дополнительная литература:

1. Адаптация организма учащихся к учебной и физической нагрузкам Под редакцией А. Г. Хрипковой, М. Б. Антроповой. - М.: Педагогика, 2008.
2. Астафьев, Н.В. Физическое состояние умственно отсталых школьников: Учебное пособие /Н.В. Астафьев, В.И. Михалев - Омск, 2006. -160 с.
3. Дубровский, В.П. Лечебная физическая культура (кинезотерапия): Учебник для студентов вузов. - М.: Гуманит.изд.ценр ВЛАДОС, 2008. 608 с.

4. Курамшин, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. - М: Советский спорт, 2003.
5. Курдыбайло, С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: уч.пособие Под.общ.ред.С.Ф.Курдыбайло.- М.: Советский спорт, 2002,-184 с.
6. Физическая реабилитация и спорт инвалидов: нормативно-правовые документы, механизмы реализации, практический опыт, рекомендации /Автор-составитель А.В. Царик - М: Советский спорт, 2003.- 576 с.
7. Сборник образцов журналов и актов по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом в образовательном учреждении / сост. В.А. Муравьев, М.А. Грибачева, Т.Б. Кирьякова. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 27с.
8. Физическая культура: учебник / под ред. М.Я. Виленского. – М.: КНОРУС, 2012. – 424с.
9. Периодические издания по профилю специальности:
 - Адаптивная физическая культура;
 - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.
 - Физическая культура в школе.