

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Масалов Владимир Николаевич

Должность: ректор

Дата подписания: 06.10.2023 15:44:08

Уникальный программный ключ:

f31e6db16690784ab6b50e564df2697163746411

Аннотации к рабочим программам дисциплин (учебному предмету, курсу, модулю), практики в составе образовательной программы

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА профессиональной переподготовки

«Физическая культура и спорт: теория и методика преподавания в образовательной организации»

1. Рабочая программа дисциплины «Теория и методика физической культуры»

1.1. Цель дисциплины: изучение теории и методики физической культуры знаний.

Задачи: изучение современной теории и методики физической культуры и спорта; содействие развитию способности творчески использовать теоретико-методические знания в профессиональной деятельности; формирование интереса к профессиональной деятельности преподавателя физической культуры и спорта.

1.2. Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Изучение дисциплины формирует компетенции:

ПК-1 – способен осуществлять проведение занятий физической культурой и спортом (трудовая функция А/03.6)

ПК-2 – способен осуществлять формирование осознанного отношения к физкультурной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения (трудовая функция А/06.6)

ПК-3 – способен осуществлять обеспечение профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом (трудовая функция А/07.6)

ПК-4 – способен осуществлять контроль и учет подготовленности с использованием методик измерения и оценки (трудовая функция А/09.6)

1.3. Тематическое содержание:

Содержание дисциплины

Тема 1. Введение в теорию и методику физической культуры и спорта

Общие и специфические признаки, характеризующие физическую культуру: физические упражнения, как формы специально организованной двигательной активности человека; комплекс материальных и духовных ценностей, созданных в обществе для удовлетворения потребности в совершенствовании физических возможностей человека; положительные изменения в физическом состоянии человека, как результаты физкультурной деятельности.

Тема 2. Методика воспитания физических способностей

Физические упражнения как основные специфические средства формирования физической культуры личности. Действия и процессы, составляющие содержание физических упражнений. Взаимосвязь содержания и формы физических упражнений. Техника физических упражнений, её основа, определяющее звено и детали. Фазы двигательных действий. Структура движения как относительно стабильная взаимосвязь всех его составляющих. Кинематические, динамические и ритмические характеристики структуры движений. Общие правила техничного выполнения движений. Классификация физических упражнений в зависимости от требований, предъявляемых упражнением к физическим качествам.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть адаптирована для обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ.

2. Рабочая программа дисциплины «Основы биомеханики и физиологии спорта»

2.1. Цель дисциплины: изучение основ биомеханики и физиологии спорта в условия реализации программ образования.

Задачи: изучение основ кинематики и динамики движений человека, биомеханических характеристик двигательного аппарата человека, биомеханики физических качеств человека, половозрастных особенностей моторики человека, биомеханических основ физических упражнений.

2.2. Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Изучение дисциплины формирует компетенции:

ПК-1 – способен осуществлять проведение занятий физической культурой и спортом (трудовая функция А/03.6)

ПК-2 – способен осуществлять формирование осознанного отношения к физкультурной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения (трудовая функция А/06.6)

ПК-3 – способен осуществлять обеспечение профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом (трудовая функция А/07.6)

ПК-4 – способен осуществлять контроль и учет подготовленности с использованием методик измерения и оценки (трудовая функция А/09.6)

2.3. Тематическое содержание:

Содержание дисциплины

Тема 1. Кинематика и динамика движений человека.

Кинематические характеристики поступательного движения человека. Пространственные, временные и пространственно-временные характеристики поступательного движения человека. Координаты. Траектория. Путь. Перемещение. Момент времени. Длительность движения. Темп движений. Ритм движений. Мгновенная и средняя скорости. Мгновенное и среднее ускорение.

Тема 2. Биомеханика двигательных качеств.

Локомоторные движения. Характеристика локомоторных качеств. Понятие локомоторного движения. Основные двигательные качества. Механика мышечного сокращения. Теория скользящих нитей. Сила и силовые качества. Методика развития силы мышц и ее измерение. Понятие силы и силовых качеств человека. Мышечная сила. Внутримышечная координация. Межмышечная координация. Регуляция мышечной силы в организме человека. Мощность мышц. Измерение мышечной силы.

Методика развития силы. Миометрический метод. Изометрический метод. Быстрота. Методика развития быстроты и ее измерение. Понятие быстроты. Скорость мышечного сокращения. Мощность мобилизации химической энергии. Скоростные упражнения. Физические упражнения на развитие быстроты. Ловкость. Методика развития ловкости и ее измерение. Понятие ловкости. Координация и точность движений. Физические упражнения на развитие ловкости. Выносливость. Методика развития выносливости и ее измерение. Понятие выносливости. Утомление. Общая и специальная выносливость. Физические упражнения на развитие выносливости. Гибкость. Методика развития гибкости и ее измерение. Понятие гибкости. Предельная амплитуда движений. Физические упражнения на развитие гибкости.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть адаптирована для обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ.

3. Рабочая программа дисциплины «Технологии и методики обучения базовым видам спорта»

3.1. Цель дисциплины: формирование совокупности компетенций, позволяющих эффективно выполнять организационную, научную, методическую, тренерскую, преподавательскую и другие виды работ.

Задачи: освоение техники выполнения базовых элементов различных видов спорта; изучение методик обучения в базовых видах спорта; изучение судейства в базовых видах спорта.

3.2. Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Изучение дисциплины формирует компетенции:

ПК-1 – способен осуществлять проведение занятий физической культурой и спортом (трудовая функция А/03.6)

ПК-2 – способен осуществлять формирование осознанного отношения к физкультурной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения (трудовая функция А/06.6)

ПК-3 – способен осуществлять обеспечение профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом (трудовая функция А/07.6)

ПК-4 – способен осуществлять контроль и учет подготовленности с использованием методик измерения и оценки (трудовая функция А/09.6)

3.3. Тематическое содержание:

Содержание дисциплины

Тема 1. Общая характеристика ВС. Правила соревнований по ВС.

Общая характеристика ВС. Особенности двигательных действий в ВС. Классификация ВС. Правила соревнований по ВС. Общие основы организации и проведения соревнований. Определение и характеристика соревнований. Цель и задачи проведения соревнований. Руководство соревнований. Порядок финансирования соревнований. Информационное обеспечение. Виды соревнований. Правила соревнований. Правила соревнований национальных и международных федераций. Правила для ветеранов. Порядок жеребьевки и распределения участников соревнований. Порядок ведения спортивной борьбы. Санкции за нарушения правил соревнований. Программа соревнований. Заявки на участие в соревнованиях. Порядок проведения соревнований. Организация отдыха, питания и досуга. Порядок и сроки подачи протестов.

Тема 2. Методика обучения двигательным действиям в ВС.

Эффективные средства и методы при начальном обучении технике ВС. Использование имитационных движений. Использование специальных тренажеров. Наглядные методы и внедрение современных технологий в процесс обучения технике ВС. Эффективные средства и методы в процессе совершенствования техники ВС. Этап первоначального представления. Этап разучивания и освоения техники. Этап совершенствования техники. Динамический стереотип двигательного действия в технике: особенности образования, положительные и отрицательные стороны. Особенности становления индивидуальных деталей техники ВС. Методика исправления ошибок в технике на начальном этапе. Понятие технического мастерства и способы его оценки. Эффективность техники. Развитие физических качеств. Спортивная тренировка и спортивная подготовка. Форма и содержание занятий. Методы физической подготовки.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть адаптирована для обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ.

4. Рабочая программа дисциплины «Основы и способы оказания первой помощи»

4.1. Цель дисциплины: формирование представлений об организации первой помощи, о правовых аспектах оказания первой помощи, о содержании и объеме оказания первой помощи.

Задачи: ознакомление с теоретическими и правовыми основами оказания первой помощи при несчастных случаях и неотложных состояниях; освоение обучающимися алгоритма действий при оказании первой помощи пострадавшему в опасных и чрезвычайных ситуациях.

4.2. Требования к уровню освоения содержания дисциплины

Изучение дисциплины формирует компетенции:

ПК-1 – способен осуществлять проведение занятий физической культурой и спортом (трудовая функция А/03.6)

ПК-2 – способен осуществлять формирование осознанного отношения к физкультурной и спортивной деятельности, мотивационно-ценностных ориентаций и установок на ведение здорового образа жизни, моральных ценностей честной спортивной конкуренции, воспитание социально значимых личностных качеств для профилактики негативного социального поведения (трудовая функция А/06.6)

ПК-3 – способен осуществлять обеспечение профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом (трудовая функция А/07.6)

ПК-4 – способен осуществлять контроль и учет подготовленности с использованием методик измерения и оценки (трудовая функция А/09.6)

4.3. Тематическое содержание:

Содержание дисциплины

Тема 1. Первая помощь: правила и особенности.

Понятие о реанимации и терминальных состояниях. Объем и последовательность реанимационных мероприятий. Компрессии грудной клетки. Искусственная вентиляция лёгких. Методика выполнения комплекса сердечно-легочной реанимации. Приемы оказания первой помощи при инородных телах в дыхательных путях. Виды кровотечения. Методы остановки кровотечений. Правила наложения повязок. Травмы конечностей. Травмы позвоночника. Травмы головы. Травмы грудной клетки. Травмы живота и таза. Правила транспортировки пострадавших. Утопление истинное. Экстренная помощь при истинном утоплении. Бледное утопление. Причины поражения электрическим током. Клиническая картина электротравмы. Первая помощь при поражении электрическим током. Общие признаки отравлений. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при термических и химических ожогах, ожоговом шоке. Первая помощь при отморожении, переохлаждении. Первая помощь при перегревании.

Тема 2. Правила оказания первой помощи на занятиях ФКиС.

Организационные недостатки при проведении занятий и соревнований, нарушение инструкций и положений о проведении уроков физкультуры, соревнований. Несоответствие уровня физического развития и двигательной подготовленности. Нарушение правил врачебного контроля, отсутствие у педагога физической культуры умений и навыков в применении страховки при обучении детей двигательным действиям. Порядок действий в случае, если учащийся во время учебного процесса получил травму. Принципы оказания первой доврачебной помощи при травмах, возникших на занятиях ФКиС. Обращение с пострадавшим. Правила внутреннего распорядка, охрана труда. Журнал регистрации прохождения инструктажа по технике безопасности.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть адаптирована для обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ.