

АННОТАЦИЯ

рабочей программы учебной дисциплины «ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ХОДЬБА И БЕГ»

Направление подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»
профиль подготовки «Физическая реабилитация»

1. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Оздоровительная ходьба и бег» является формирование систематизированных знаний в вопросах использования циклических видов физических упражнений.

Задачи учебной дисциплины - усвоение студентами предмета, основных разделов, значения дисциплины в становлении специалиста; изучение оздоровительных механизмов действия ходьбы и бега на организм человека; показаний и противопоказаний при назначении ходьбы и бега при различных заболеваниях; этиологии, патогенеза основных заболеваний, при которых показано использование ходьбы и бега; освоение методики занятий оздоровительной ходьбой и бегом с различными группами населения.

2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата

Дисциплина «Оздоровительная ходьба и бег» относится к дисциплинам по выбору программы подготовки бакалавров (Б1.2.24.1/2), Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ за №203 от 12.03.2015 года (номер государственной регистрации № 36579), направления подготовки 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья», для всех образовательных учреждений высшего образования (высших учебных заведений), имеющих государственную аккредитацию, на территории Российской Федерации.

Для освоения дисциплины «Оздоровительная ходьба и бег» используются знания, умения, сформированные в ходе изучения дисциплин «Анатомия человека», «Физиология человека», «Теория и методика физической культуры», «Частные методики адаптивной физической культуры», «Частная патология», «Физическая реабилитация при заболеваниях и повреждениях различных систем организма», «Врачебный контроль в адаптивной физической культуре», «ЛФК и массаж», «Физическая реабилитация».

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины «Оздоровительная ходьба и бег»

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению:

Коды компетенции	Наименование компетенции	Структурные элементы компетенции (в результате освоения дисциплины обучающийся должен знать, уметь, владеть)
1	2	3
ПК-20	знанием закономерностей развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту,	Знать: закономерности по подготовке и проведению мероприятий по предупреждению прогрессирования отдельных заболеваний Уметь: проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) Владеть: практическими навыками проведения комплекса мероприятий по

	заболеванию и поражению	предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)
ПК-21	умением проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)	Знать: закономерности по подготовки и проведению мероприятий по предупреждению прогрессирования отдельных заболеваний Уметь: проводить комплекс мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) Владеть: практическими навыками проведения комплекса мероприятий по предупреждению прогрессирования основного заболевания (дефекта) организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов)
ПК-22	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)	Знать: технологию организации и проведения учебных и тренировочных занятий по физической культуре с детьми дошкольного, школьного возраста, с отклонениями в состоянии здоровья (вторичных отклонений и сопутствующих заболеваний) студентами. Уметь: использовать в процессе физической подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний учащихся. Владеть: необходимыми знаниями и умениями, проведения комплексов 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-23	способностью осуществлять простейшие психотерапевтические приемы по профилактике прогрессирования и (или) устранению психологических комплексов, характерных для различных	Знать: технологию организации и проведения простейших психотерапевтических приемов по профилактике организма человека Уметь: использовать в процессе физической подготовки средства и методы для профилактики устранению психологических комплексов, характерных для различных нозологических форм,

	<p>нозологических форм, возрастных и гендерных групп занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья</p>	<p>возрастных и гендерных групп занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья Владеть: необходимыми знаниями и умениями, для использования психотерапевтических приемов в профессиональной деятельности</p>
СК– 2	<p>Способность обучать с отклонениями в состоянии здоровья, обладать специальными знаниями и способами их рационального применения при воздействии на телесность в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культурой</p>	<p>Знать: методику обучения лиц с отклонениями в состоянии здоровья знаниями и способами воздействия на физические характеристики в соответствии с выделяемыми видами адаптивной физической культуры. Уметь: 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. Владеть: методологией реализации задач развивающего обучения, обеспечивающего полноценное усвоение знаний, формирование учебной деятельности, непосредственно влияющих на умственное и физическое развитие человека</p>

4. Трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 зачетных единиц, 180 часов.
Продолжительность изучения дисциплины 2 семестра.

5. Образовательные технологии

В ходе освоения дисциплины «Оздоровительная ходьба и бег» используются следующие образовательные технологии:

- лекции,
- практические занятия с использованием активных и интерактивных форм проведения занятий,
- лекция-визуализация,
- проблемная лекция,
- лекция-конференция,
- экспертные (диагностические) игры,
- работа в малых группах.

Занятия, проводимые в интерактивной форме, в том числе с использованием интерактивных технологий, составляют около 50% от общего количества аудиторных занятий.

Самостоятельная работа студентов подразумевает работу под руководством преподавателя и индивидуальную работу студента, выполняемую в том числе в компьютерном классе с выходом в Интернет на факультетах и в читальных залах университета. При организации самостоятельной работы используются следующие образовательные технологии:

- подготовка к аудиторным занятиям: работа с конспектом лекции (обработка текста), работа над учебным материалом учебника, работа с текстами монографий; поиск информации в сети Интернет;
- выполнение тестовых заданий;
- контрольные работы;
- подготовка реферата, в том числе с компьютерной презентацией;
- подготовка к сдаче зачёта и экзамена.

6. Контроль успеваемости

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды текущего контроля: тематическое тестирование, контрольные работы, рефераты.

По данной дисциплине форма отчетности – зачет, экзамен.