

АННОТАЦИЯ
рабочей программы учебной дисциплины
«ТЕРРЕНКУР»

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 «Терренкур» является формирование у студентов систематизированных знаний, приобретения методических и практических умений и навыков в вопросах использования ходьбы по пересеченной местности и других видов физических упражнений для реабилитации различных групп населения России.

Задачи учебной дисциплины - усвоение студентами предмета, основных разделов, значения дисциплины в становлении специалиста; изучение лечебных 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.

Задачи дисциплины:

- обеспечить освоение студентами основ знаний в области технологии физкультурно-спортивной деятельности по различным видам ходьбы, целостное осмысление содержательной стороны (средств, методов, организационных форм) профессиональной деятельности в адаптивной физической культуре;

- сформировать, у студентов практические умения и навыки выполнения основных двигательных действий, используемых в циклических и других видах спорта, технологии 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 лицам с ограниченными возможностями различных возрастных и нозологических групп;

- сформировать у студентов самостоятельность и творчество при использовании различных технологий применения доли различных видов спорта в физкультурно-спортивной деятельности, обеспечить освоение ими опыта творческой методической и практической направленности в процессе применения физических упражнений и естественно-средовых и гигиенических факторов;

- обеспечить освоение студентами опыта эмоционально-ценностного отношения к будущей профессиональной деятельности в процессе практических знаний и педагогических практик на основе применения изученных технологий физкультурно-спортивной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата

Дисциплина «Терренкур» 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.

Изучение данной дисциплины базируется на знании общеобразовательной программы по следующим предметам: «Педагогика физической культуры», «Анатомия человека», «Психология физической культуры», «Физиология человека», «Теория и методика физической культуры» и «Базовые виды двигательной деятельности и методики

обучения» (гимнастика, лёгкая атлетика, плавание, спортивные игры, лыжная подготовка и т.д.)

В то же время, выступает как фундаментальная система знаний для таких дисциплин, как: блок дисциплин вариативной части, блок дисциплин по выбору, дисциплин специализаций, а также для педагогических практик по специальности и специализации, для научных работ.

3. Содержание дисциплины.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 зачетных единицы, 180 часов, из них: 8 - лекций, 8 – практические занятия, 164 - самостоятельная работа, экзамен.

Теоретико-методические особенности построения учебных занятий циклическими видами спорта лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Особенности методики воспитания силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости. Виды подготовки (физическая, техническая, тактическая и психологическая). Закономерности тренировки в видах спорта на выносливость и основы ее построение. Проблемы периодизации спортивно-оздоровительной тренировки. Соревновательная деятельность. Планирование и контроль. Организация основ судейства соревнований. Техника безопасности и предупреждение травматизма при занятиях видами физкультурно-спортивной деятельности.

Предусмотрено написание контрольных работ.