

АННОТАЦИЯ
рабочей программы учебной дисциплины
«СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА»
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 «Скандинавская ходьба» является формирование у студентов систематизированных знаний, приобретения методических и практических умений и навыков в вопросах использования скандинавской ходьбы и прикладных видов физических упражнений для оздоровления различных групп населения России.

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

Задачи дисциплины:

- обеспечить освоение студентами основ знаний в области технологии физкультурно-спортивной деятельности скандинавской 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, ослабленным здоровьем различных возрастных и нозологических группах;

- 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 «Скандинавская ходьба» относится к дисциплинам по выбору программы подготовки бакалавров (Б1.2.29.1/2), Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования (ФГОС ВО) утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ 04.12.2015 года (номер государственной регистрации № 40536) специальности 49.03.02 «Физическая культура» для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Адаптивная физическая культура. Профиль подготовки физическая реабилитация, для всех образовательных учреждений высшего профессионального 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 8 зачетных единиц, 288 часов, из них: 72 - лекций, 72 – практические занятия, 144 – самостоятельная работа, зачет, 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 построения. 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.