

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
БИОМЕХАНИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки высшего образования
49.03.01 «Физическая культура»

Профиль подготовки:

Физкультурно-оздоровительная работа

Квалификация – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины «**Биомеханика двигательной деятельности**» составлена в соответствии с учебным планом подготовки *бакалавров* по направлению подготовки 49.03.01 - «Физическая культура» в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью курса является:

- показать целостность и надежность строения и функции двигательной системы человека при организации рациональной деятельности человека в разных сферах;
- овладение теоретическими и практическими основами двигательной деятельности в области физической культуры, как фактором формирования здоровья и улучшения уровня жизни людей;
- получение знаний основ биомеханики для создания возможности приспособления к внешней среде в основных видах жизнедеятельности человека, при разной профессиональной деятельности и видах спорта;
- реализация принципов биомеханики и объективных физических законов природы с целью максимально полного использования свойств окружающей среды и достижений научно-технического прогресса с качественно новыми материалами для разработки нового инвентаря и технических средств;
- вооружение студентов знаниями и умениями делается с целью понимания ими того, как осуществляется движение, как оно организуется и управляется, что нужно сделать, чтобы качественно и количественно изменить характер двигательных действий для достижения необходимых (планируемых, в том числе рекордных) результатов движения.

1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Результаты освоения дисциплины определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

Бакалавр по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки:

Педагогическая деятельность:

обеспечивать уровень подготовленности обучающихся, соответствующий требованиям федеральных государственных образовательных стандартов, обеспечивать необходимый запас знаний, двигательных умений и навыков, а также достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности;

тренировочная деятельность:

проводить отбор для занятий избранным видом спорта с использованием современных технологий определения способности к занятиям тем или иным видом спорта;

осуществлять планирование тренировочного процесса с установкой на достижение высоких спортивных результатов;

подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки, определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата;

осуществлять управление тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности занимающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс;

рекреационная деятельность:

привлекать население к рекреационной деятельности как фактору здорового образа жизни; реализовывать программы, режимы занятий по двигательной рекреации населения на региональном и местном уровнях в соответствии с потребностями населения; подбирать адекватные поставленным задачам средства, методы и формы рекреационной деятельности по циклам занятий различной продолжительности; обеспечивать уровень двигательной активности, соответствующий состоянию и потребностям обучающихся;

способствовать осознанному использованию средств физической культуры как средства восстановления и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни;

научно-исследовательская деятельность:

выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта; проводить научные исследования по определению эффективности различных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием опробованных методик; осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований; использовать информационные технологии для планирования и коррекции процессов профессиональной деятельности, контроля состояния обучающихся, обработки результатов исследований, решения других практических задач.

Решение вышеуказанных профессиональных задач осуществляется посредством решения комплекса следующих частных задач обучения – задач дисциплины «Биомеханика двигательной деятельности»:

- оценить физические возможности человека;
- оценить физическое состояние индивида и его пригодность к тому или иному виду деятельности при разных характеристиках окружающей среды;
- оценить эффективность двигательной деятельности при переменных характеристиках, найти критерии рациональности техники при разных условиях;
- разрабатывать средства совершенствования двигательной деятельности.

1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина относится к Блоку 1 *базовой* части ОПОП. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе (4 семестр) по очной форме обучения, на 3 курсе (5 семестр) по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: Естественно-научные основы ФКиС, Анатомия человека, Спортивная метрология.

1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

а) общепрофессиональные (ОПК):

- способностью определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста (ОПК-1);
- способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5).

1.4.1. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	<ul style="list-style-type: none">✓ предмет, цели и задачи, а также историю развития биомеханики двигательной деятельности (ОПК-1,5);✓ основные понятия биомеханики (ОПК-1,5);✓ биомеханику опорно-двигательного аппарата человека (ОПК-1,5);✓ биомеханику статических положений и различных видов движений человека с отклонениями от нормы (ОПК-1,5);✓ методы биомеханического контроля построения движений и физических способностей человека (ОПК-1,5);✓ биомеханические особенности моторики и физических способностей человека (ОПК-1,5);✓ биомеханические аспекты и технологии формирования и совершенствования двигательных действий человека с отклонениями от нормы (ОПК-1,5).
Уметь:	<ul style="list-style-type: none">✓ определять биомеханические характеристики движений тела человека (ОПК-1,5);

	<ul style="list-style-type: none">✓ применять методы биомеханического контроля характеристик движений и физических способностей человека с отклонениями от нормы (ОПК-1,5);✓ применять новые технологии формирования и совершенствования движений человека, имеющего отклонения от нормы (ОПК-1,5).
Владеть:	<ul style="list-style-type: none">✓ способностями к биомеханическому анализу состояний и движений человека (ОПК-1,5);✓ способами оценивания эффективности построения статических положений и организации на основе биомеханического анализа движений человека, имеющего отклонения от нормы (ОПК-1,5).

1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		3	4	5	6
Аудиторные занятия (всего)	52		52		
В том числе:					
Лекции	16		16		
Практические занятия (ПЗ)	36		36		
Самостоятельная работа (всего)	56		56		
В том числе:					
Расчетно-графические работы	10		10		
Подготовка к текущим контролям	10		10		
Подготовка к промежуточной аттестации	36		36		
Вид промежуточной аттестации (экзамен)	экзамен		+		
Общая трудоемкость	Часы	108	108		
	Зачётные единицы	3	3		

Интерактивные образовательные технологии, используемые в аудиторных занятиях- 16 ч., из них

**8 часов на лекциях (лекции с разбором конкретных ситуаций, презентации);*

***8 часов на практических занятиях (дискуссия, работа в парах).*

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		5	6	7	8
Аудиторные занятия (всего)	14	14			
В том числе:					
Лекции	4	4			
Практические занятия (ПЗ)	10	10			
Самостоятельная работа (всего)	94	94			
В том числе:					
Расчетно-графические работы	10	10			
Подготовка к контрольным работам	20	20			
Выполнение практических работ	28	28			
Подготовка к экзамену	36	36			
Вид промежуточной аттестации: (экзамен)	экзамен	+			
Общая трудоемкость	Часы	108	108		
	Зачётные единицы	3	3		

Интерактивные образовательные технологии, используемые в аудиторных занятиях- 4 часа, из них

**4 часа на лекциях (лекции с разбором конкретных ситуаций, презентации).*