

**Аннотации к рабочим программам дисциплин
ПРОГРАММЫ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ
Физическая культура в образовательных организациях
(наименование программы)**

Матрица компетенций		
№	Наименование модуля	Формируемые компетенции
1.	Модуль 1. Теоретико-методические основы физической культуры и спорта	ПК1, ПК2, ПК3
1.1	Педагогика физической культуры и спорта	ПК 1
1.2	Психология физической культуры и спорта	ПК1, ПК 2
1.3	Правовые основы физической культуры и спорта	ПК1
1.4	Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте	ПК1, ПК3
1.5	Теория и методика физической культуры и спорта	ПК1, ПК3
1.6	Теория и методика обучения физической культуре	ПК1, ПК2, ПК3
1.7	Базовые и новые физкультурно-спортивные виды	ПК1, ПК2, ПК3
2	Модуль 2. Медико-биологические основы физической культуры и спорта	ПК1, ПК2, ПК3
2.1	Анатомия человека	ПК2
2.2	Физиология человека	ПК2
2.3	Физиология физического воспитания и спорта	ПК2, ПК3
2.4	Спортивная медицина	ПК2, ПК3
2.5	Лечебная физическая культура и массаж	ПК2, ПК3
2.6	Основы антидопингового обеспечения	ПК2
2.7	Биомеханика двигательной деятельности	ПК2

Дисциплина 1. Педагогика физической культуры и спорта

Цель дисциплины создать целостное представление о сущности, специфике, закономерностях педагогики в области физической культуры и спорта

Задачи дисциплины:

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что слушатель должен

Знать:

- нормативно-правовые и педагогические закономерности и принципы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями в области физического воспитания и спорта;

- структуру процесса обучения и воспитания с учетом возрастных особенностей обучающихся в сфере физического воспитания и спорта

Уметь:

- определять и реализовывать формы, методы и средства для организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся в области физического воспитания и спорта;

- формами работы со спортивным коллективом и выявлять тенденции в формировании коллектива;

- использовать методы воспитания, направленные на формирование ценностей физической культуры, здорового образа жизни;

Владеть:

- способами использования различных методик и технологий эффективного педагогического взаимодействия участников образовательного процесса;

Лекции

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Педагогика как область знаний о воспитании людей.	Педагогика физической культуры и спорта как научная и учебная дисциплина. Учебно-воспитательный процесс. Педагогическая культура. Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта.
2	Структура процесса обучения.	Процесс обучения в физической культуре и спорта. Теории человеческого учения и инновации в обучении.
3	Педагогические технологии.	Теории человеческого учения и инновации в обучении. Педагогические технологии. Педагогическое управление и оптимизация процесса обучения.

Практические занятия

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Педагогика как область знаний о воспитании людей.	Педагогика физической культуры и спорта как научная и учебная дисциплина. Учебно-воспитательный процесс. Педагогическая культура. Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта.
2	Структура процесса обучения.	Процесс обучения в физической культуре и спорта. Теории человеческого учения и инновации в обучении.
3	Педагогические технологии.	Теории человеческого учения и инновации в обучении. Педагогические технологии. Педагогическое управление и оптимизация процесса обучения.
4	Структура воспитательного процесса.	Специфика использования принципов и методов воспитания в физической культуре и спорте. Содержание составных частей воспитания. Процесс воспитания в физической культуре и спорте.
5	Личность, референтная группа и коллектив.	Специфика коллективных взаимоотношений при занятиях физической культурой и спортом.

Самостоятельная работа.

Ознакомление с лекцией по каждой теме, ответы на вопросы для самопроверки после каждой лекции. Выполнение практических заданий по темам практических занятий. Дать ответ на проблемный вопрос в виде эссе. Подготовка к экзамену.

Дисциплина 2. Психология физической культуры и спорта

Цель дисциплины создать целостное представление о сущности, специфике, закономерностях психологии в области физической культуры и спорта

Задачи дисциплины:

- развить способность осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде;

- дать представление об основных условиях эффективной командной работы для достижения поставленной цели;
- формировать умения и навыки выполнять свои профессиональные функции в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры

Лекции

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Введение в психологию физического воспитания и спорта. Психологические основы обучения на уроках физической культуры.	История становления психологии физического воспитания и спорта. Психологические основы обучения на уроках физической культуры. Теории построения и управления двигательными действиями. Предпосылки к обучению спортивным упражнениям. Функции преподавателя в процессе обучения движениям. Представление о движении. Алгоритмизация при обучении спортивным действиям. Индивидуализация обучения спортивным действиям
2	Методы психолого-педагогического изучения учителем физической культуры личности школьника.	Психологические особенности спортивной деятельности. Психологические основы спортивной дидактики. Психология личности учителя физической культуры и тренера. Психология школьника как субъекта учебной деятельности на уроках физической культуры. Методы психолого-педагогического изучения учителем физической культуры личности школьника.

Практические занятия

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Социальная психология спортивных групп.	Понятие и признаки спортивного коллектива. Структура спортивной команды. Динамические процессы в команде. Норма и групповое давление. Лидерство в спортивной команде. Процесс принятия решений в группе. Развитие спортивной команды. Совместимость и срабатываемость в спортивной деятельности. Взаимопонимание – предпосылка эффективности в общении
2	Психология личности спортсмена.	Спортивно-важные качества личности. Психологические особенности спортивной деятельности
3	Формирование и управление волей и спортивной мотивацией в системе многолетней подготовки спортсменов	Проявление воли при выполнении физических упражнений. Возрастные проявления воли. Воспитание воли в процессе занятий физической культурой и спортом. Спортивная мотивация в структуре личности. Структурно-функциональная модель спортивной мотивации. Проявление мотивации в спортивной деятельности. Формирование спортивной мотивации на разных этапах спортивной подготовки
4	Психология спортивного соревнования. Психорегуляция в спорте	Психологические особенности спортивного соревнования. Характеристика предстартовых состояний. Состояние психической готовности спортсмена. Диагностика предстартового состояния спортсмена. Регуляция предстартовых состояний. Формирование умений психической саморегуляции на различных этапах спортивного совершенствования.

Самостоятельная работа.

Ознакомление с лекцией по каждой теме, ответы на вопросы для самопроверки после каждой лекции. Выполнение практических заданий по темам практических занятий. Подготовка к зачету.

Дисциплина 3. Правовые основы физической культуры и спорта

Цель дисциплины овладение основами правовых знаний в профессиональной области деятельности и умениями использовать их в своей повседневной практической работе в сфере физической культуры и спорта

Задачи дисциплины:

- формирование умения анализировать законодательные и иные нормативно-правовые акты, относящиеся к будущей профессиональной деятельности, обеспечивать соблюдение законодательства.

Лекции

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Концепция спортивного права России. Нормативно-правовые основы физической культуры и спорта.	Понятие и сущность права. Источники и система правовых актов. Предмет и метод правового регулирования. Анализ взаимодействия социальных функций физической культуры и спорта с функциями государства. Правовое положение органов управления физической культуры и спорта. Правовые акты по физической культуре и спорту и требования к ним.

Практические занятия

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Правовое регулирование в сфере физической культуры и спорта.	Конституционные положения о развитии физической культуры и спорта. Федеральный закон РФ о «Физической культуре и спорте в РФ» -государственно-правовая база отраслевого управления. Роль закона «Об образовании» в развитии физической культуры и спорта. Единая Всероссийская спортивная классификация. Правила спортивных соревнований. Положение о соревновании. Календарный план спортивно-массовых мероприятий.
2	Нормативно-правовые основы олимпийского движения.	Основные принципы Олимпийской хартии. МОК - цели, полномочия и структура управления. Правовой статус национальных олимпийских комитетов. Правовое регулирование деятельности международных федераций по видам спорта. Олимпийские игры — организация и проведение.

Самостоятельная работа.

Ознакомление с лекцией по каждой теме, ответы на вопросы для самопроверки после каждой лекции. Выполнение практических заданий по темам практических занятий. Дать ответ на проблемный вопрос в виде эссе. Подготовка к зачету.

Дисциплина 4. Теория и методика физической культуры и спорта

Цель дисциплины: обеспечение теоретической и практической профессиональной подготовки в области методика физической культуры и спорта.

Задачи дисциплины:

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что слушатель должен

Знать:

- основные ключевые понятия теории и методики физической культуры;
- современные формы построения занятий физической культурой;
- биодинамические особенности и содержание физических упражнений, основы их использования и решения задач физического воспитания;
- возрастные особенности развития основных физических качеств;
- методику подготовки спортсменов;
- подходы к выбору и особенности использования педагогических технологий в профессиональной деятельности, необходимых для индивидуализации обучения;

Уметь:

- использовать различные виды физических упражнений с целью самосовершенствования, организации досуга и здорового образа жизни;
- определять и реализовывать формы, методы и средства для организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов;
- формулировать конкретные задачи в физическом воспитании различных групп населения, в подготовке спортсменов различного возраста и квалификации;
- овладевать новыми видами физкультурно-спортивной деятельности в процессе самообразования и самосовершенствования;
- определять причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развития физических качеств и находить методику их устранения.

Владеть:

- технологией обучения различных категорий людей двигательным действиям и развития физических качеств в процессе физкультурно-спортивных занятий;
- образовательными технологиями организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов;
- методами планирования и проведения основных видов физкультурно-оздоровительных занятий с детьми дошкольного и школьного возраста;
- методами планирования и проведения основных видов физкультурно-оздоровительных занятий со взрослыми людьми с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных условий.

Лекции

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Введение в теорию и методику физической культуры и ее история.	Введение в теорию и методику физической культуры. Теория и методика физической культуры и спорта как наука и учебная дисциплина и исторические аспекты ее становления. Основные понятия теории и методики физической культуры.
2	Средства формирования физической культуры личности	Понятие о средствах. Физические упражнения – основное и специфическое средство формирования физической культуры личности. Классификация физических упражнений. Содержание и форма физических упражнений. Естественные силы природы и гигиенические факторы. Понятие о технике физических упражнений.

		Характеристики техники физических упражнений
3	Методы формирования физической культуры личности	Методы формирования физической культуры личности. Исходные понятия «метод», «методический прием», «методика», «методический подход», «методическое направление». Современные представления о классификации методов. Общие требования к их выбору
4	Дидактические принципы, регламентирующие процесс формирования физической культуры личности	Дидактические принципы, регламентирующие процесс формирования физической культуры личности Содержание и характеристика методических принципов: Характеристика принципов, выражающих специфические закономерности занятий физическими упражнениями:
5	Методика обучения двигательным действиям	Методика обучения двигательным действиям. Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения. Структура процесса обучения двигательным действиям. Управление процессом обучения. Предупреждение и исправление ошибок.
6	Общая характеристика физических способностей	Понятие о физических способностях, основные формы их проявления. Основные закономерности развития физических способностей: движения. Принципы развития физических способностей.
7	Физическая культура в системе воспитания детей дошкольного возраста.	Социально-педагогическое значение физического воспитания. Физическое воспитание детей в дошкольном образовательном учреждении. Организационно-методические особенности. Нормативно-правовые основания.
8	Физическая культура в системе воспитания детей школьного возраста.	Социально-педагогическое значение направленного использования средств физического воспитания школьников. Задачи физического воспитания школьников (образовательные, воспитательные, оздоровительные). Учет возрастных особенностей учащихся.
9	Физическая культура в повседневной жизни людей молодого и зрелого возраста	Основные факторы и условия, определяющие физическую культуру взрослых. Общеподготовительное и рекреационное направления физической культуры взрослых. Значение оздоровительно-рекреативной физической культуры (ОРФК) в повседневной жизни взрослого населения. Средства и формы физической культуры в повседневной жизни взрослого населения.

Практические занятия

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Скоростные способности и методика их развития	Понятие о скоростных способностях, их виды. Факторы, определяющие уровень развития и проявления скоростных способностей. Методика развития быстроты двигательных реакций, быстроты одиночного движения и частоты движения, комплексных форм проявления скоростных способностей. Способы оценки уровня развития скоростных способностей.

2	Силовые способности и методика их развития	Понятие о силовых способностях, их виды. Факторы, определяющие уровень развития и проявления силовых способностей. Методика развития силовых способностей. Способы оценки уровня развития силовых способностей.
3	Координационные способности и методика их развития	Определение понятий, характеризующих координационные способности. Ловкость как комплексное проявление координационных способностей. Методика развития координационных способностей. Способы оценки уровня развития координационных способностей.
4	Выносливость и методика ее развития	Понятие о выносливости. Утомление и выносливость. Виды выносливости. Методика развития выносливости. Способы оценки уровня развития выносливости.
5	Методика воспитания гибкости	Понятие о гибкости. Виды гибкости. Факторы, определяющие уровень развития гибкости. Задачи, средства и методы развития гибкости. Методика воспитания гибкости. Критерии оценки уровня развития гибкости.
6	Методика формирования осанки и телосложения средствами физической культуры	Значение правильной осанки в жизнедеятельности человека. Средства физической культуры для формирования осанки и коррекции телосложения. Методика формирования осанки и телосложения.
7	Особенности методики занятий физическими упражнениями с дошкольниками	Анализ программ по физической культуре для дошкольников. Особенности методики занятий физическими упражнениями с дошкольниками. Основные формы организации занятий физической культурой в ДОУ.
8	Особенности развития физических способностей детей школьного возраста	Основные требования к развитию физических способностей школьников. Обоснованные пути развития физических способностей у детей школьного возраста. Сенситивные периоды в развитии физических способностей школьников и их учет в процессе физического воспитания.
9	Система планирования физического воспитания в школе. Проверка и оценивание успеваемости на уроках физической культуры	Понятие о планировании, его виды и содержание. Понятие контроля и учет. Требования к контролю и учету. Виды, содержание и основные методики контроля и учета. Документы контроля и учета. Основные документы планирования. Предмет проверки и оценивания успеваемости в физическом воспитании (знания, умения и навыки школьников, получаемые на уроках) Требования к оценке на уроке.
10	Спорт в системе физической культуры	Возникновение и состояние современного спорта. Социальные функции спорта: эталонная, эвристическо-прогностическая, спортивно-престижная, зрелищная, эстетическая. Классификация спорта. Подготовка спортсмена как многокомпонентный процесс
11	Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта	Понятие «спортивное соревнование» Основные функции и особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Спортивные состязания один из главных компонентов в подготовке спортсменов. Классификация соревнований.

		Требования к планированию соревнований в течение года. Учет единства тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов в системе их подготовки.
12	Спортивная тренировка - цель, задачи, средства, общие и специальные принципы	Цель, задачи, и характерные черты спортивной тренировки. Средства спортивной тренировки. Общие и специальные принципы спортивной тренировки. Подготовка спортсмена (средства, методы, условия с помощью которых обеспечивается повышение готовности спортсмена к спортивным достижениям). Компоненты системы подготовки спортсмена (система соревнований, система спортивной тренировки, система факторов, дополняющих тренировку и соревнования, оптимизирующих их эффект).
13	Теория и методика подготовки спортсменов. Общая характеристика системы подготовки спортсменов.	Стороны спортивной подготовки спортсмена (техническая, тактическая, физическая, психологическая, интеллектуальная, теоретическая подготовка). Современные подходы к построению тренировочного процесса. Характеристика системы подготовки спортсменов. Методика совершенствования различных сторон подготовленности спортсменов.
14	Построение спортивной тренировки спортсмена. Структура подготовки спортсменов	Содержание тренировочного процесс и его структура.. Характеристика уровней структуры тренировки: микро-, мезо- и макроструктура. Микроструктура и мезоструктура как структуры циклов тренировки, и их содержание. Характеристика макроструктуры. Особенности построения структуры мезоциклов тренировок у спортсменов.
15	Ориентация и отбор в процессе многолетней спортивной подготовке	Спортивная ориентация как система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта. Спортивный отбор как комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности (одаренность) ребенка к тому или иному роду спортивной деятельности (виду спорта).
16	Планирование, контроль и учет в процессе спортивной тренировки спортсменов	Сущность и назначение планирования, его виды. Контроль в подготовке спортсменов. Учет в процессе спортивной тренировки спортсмена.

Самостоятельная работа.

Ознакомление с лекцией по каждой теме, ответы на вопросы для самопроверки после каждой лекции. Выполнение практических заданий по темам практических занятий. Подготовка к тестированию. Подготовка к экзамену.

Дисциплина 5. Теория и методика обучения физической культуре

Цель дисциплины: создание целостного представления о будущей профессионально-педагогической деятельности и формирование системы знаний, инструктивно-методических умений и навыков, которые представляют образовательную область «Физическая культура».

Задачи дисциплины:

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что слушатель должен

Знать:

- значение предмета «Физическая культура» в содержании общего образования и основные этапы его развития;
- современные концепции организации и реализации преподавания физической культуры в образовательных учреждениях различных типов;
- современные основы преподавания физической культуры и организацию физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

Уметь:

- обосновать содержание предмета для конкретного образовательного учреждения;
- осуществить отбор учебного материала, адекватного целям и задачам предмета;
- программировать цели, задачи, формы организации и методы реализации учебного процесса по циклам учебно-воспитательного процесса;

Владеть:

- способами построения урока физической культуры и организации учащихся;
- методикой организации и проведения занятий по физической культуре на базовом и профильном уровне;
- методикой преподавания физической культуры и организацией физкультурно-оздоровительной и спортивной работы

Лекции

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Предмет теории и методики обучения (дидактики) физической культуре.	Становление теории и методики преподавания предмета «Физическая культура». Современные теории и методики обучения предмету «Физическая культура». Место и значение предмета «Физическая культура» в содержании общего образования. Нормативные документы, регламентирующие деятельность в области школьной физической культуры
2	Педагогическая система предмета «Физическая культура». Цель, содержание и формы организации учебного процесса. Методы их реализации	Системный подход в построении учебного процесса по предмету «Физическая культура». Основные элементы и структура педагогической системы предмета «Физическая культура» и ее функции. Роль содержания предмета «Физическая культура» в педагогической системе. Структура содержания образования по предмету «Физическая культура». Отбор оптимального содержания, методов и форм реализации учебно-воспитательного процесса по физической культуре.
3	Специфика физического воспитания и особенности преподавания предмета «физическая культура» в общеобразовательной школе	Особенности дидактических процессов предмете «Физическая культура». Функции дидактических процессов. Особенности психофизиологических и педагогических основ образовательного процесса в предмете «Физическая культура». Функциональная единица функционирования (шаг) дидактических процессов по предмету «физическая культура»: определение, структура, связь по этапам. Дидактические принципы предмета «Физическая культура». Компоненты структуры деятельности учителя физической культуры.
4	Технология и методика реализации системы предмета	Методика урока физической культуры в школе. Технология преподавания предмета «Физическая культура» в общеобразовательной школе. Модели и

	«Физическая культура»	<p>технологии физического воспитания школьников. Авторские педагогические технологии физического воспитания, сбережения и укрепления здоровья школьников.</p> <p>Урок в процессе обучения физической культуре. Содержание и структура урока физической культуры в общеобразовательной школе. Формы организации деятельности педагога и учащихся на уроке физической культуры. Типы и виды уроков по предмету «Физическая культура»: классификация и общая характеристика. Способы построения уроков физической культуры. Требования к современному уроку физической культуры.</p>
--	-----------------------	---

Практические занятия

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Программирование в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре	Сущность и содержание программирования учебно-воспитательного процесса по физической культуре. Виды, формы, методы программирования учебно-воспитательного процесса.
2	Непосредственное дидактическое взаимодействие учителя и учащихся в учебно-воспитательном процессе на уроках физической культуры	Взаимосвязь и взаимообусловленность деятельности учителя и учащихся на уроке физической культуры. Проектирование дидактических взаимодействий педагога и учащихся на уроках физической культуры. Практическая реализация взаимодействия учителя и учащихся на уроках физической культуры с использованием элементов различных образовательных технологий. Деятельность педагога и учащихся в содержании и структуре урока: формы организации и реализации. Подготовка учителя к уроку в аспекте современных концепций о педагогической технологии
3	Анализ урока физической культуры в школе	Цели и методы анализа урока физической культуры в общеобразовательной школе. Общие требования к анализу урока физической культуры. Примерная схема подготовки анализа-заключения по уроку, как ориентир для единого подхода к обследованию содержания и оценки урока уроков физической культуры школе. Взаимосвязь наиболее важных компонентов учебной работы. Анализ урока.
4	Педагогический контроль в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре	Контроль в технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре. Виды контроля в учебно-воспитательном процессе. Формы организации контроля в учебно-воспитательном процессе. Требования к контролю в процессе обучения. Контроль и коррекция процесса взаимодействия учителя и учащихся: место в педагогической технологии, виды, содержание, формы организации, методы.
5	Оценочно-аналитический компонент в	Оценка и отметка в оценочно-аналитическом компоненте технологии учебно-воспитательного процесса. Оценка техники выполнения двигательного действия в текущем

	технологии учебно-воспитательного процесса по физической культуре. Способы оценивания результатов обучения	учете, оценка знаний в процессе текущего учета, оценка промежуточной успеваемости. Основные методы контроля: устный опрос, письменный контроль, метод контрольных испытаний, педагогические наблюдения, метод экспертной оценки. Информационные и коммуникационные технологии в реализации системы контроля, оценки и мониторинга учебных достижений учащихся.
6	Методика преподавания физической культуры на базовом и профильном уровне. Предпрофильная подготовка	Основы профильного обучения в области физической культуры. Предпрофильная подготовка. Профессиональная ориентация школьников на физкультурно-педагогическую деятельность в условиях профильного обучения. Концепции предпрофессиональной подготовки школьников по специальности «Физическая культура».
7	Современные основы преподавания физической культуры и организация спортивно-оздоровительной работы	Системный подход к физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности детей в условиях школы. Специфика физкультурно-оздоровительной работы в режиме учебного дня школы. Организация внеурочной спортивно-массовой работы с учащимися. Методические аспекты использования информационных и коммуникационных технологий в учебном процессе по физической культуре.

Самостоятельная работа.

Ознакомление с лекцией по каждой теме, ответы на вопросы для самопроверки после каждой лекции. Выполнение практических заданий по темам практических занятий. Подготовка к зачету.

Дисциплина 6. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте

Цель дисциплины: совершенствование навыков научного мышления, знаний о методах ведения и способах оформления результатов научных исследований.

Задачи дисциплины:

Знать:

- логику научно-исследовательской работы;
- основные этапы научного исследования;
- методику проведения научного исследования;

Уметь:

- использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования;
- определять проблемную ситуацию и обосновывать актуальность исследования;
- определять объект и предмет исследования;
- формировать цель, задачи, гипотезу исследования;
- выбирать и применять адекватные методы исследования для решения тех или иных задач исследования;

- обрабатывать, анализировать и описывать результаты исследования;

Владеть:

- основными методами исследования, применяемыми в области физической культуры и спорта;
- способами и видами литературно-графического оформления результатов научного исследования.

Лекции

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Наука как вид деятельности, история развития методологии научного знания. Научная и методическая деятельность в сфере физической культуры и спорта	Наука – один из видов познания. Возникновение и развитие научного познания. Обыденное и научное познание. Методология – наука о методах познания. Наука в сфере физической культуры и спорта. Организационная структура науки в РФ. стандартизация – основа управления качеством научных исследований. Контроль научной деятельности. Система подготовки и использования научно-педагогических кадров. Основная проблематика научных исследований в сфере физической культуры и спорта.
2	Выбор направления научного исследования и этапы научно-исследовательской работы	Выбор направления научного исследования и этапы научно-исследовательской работы. Познавательные, прикладные и экономические функции научного исследования. Классификация научно-исследовательских работ. Выбор направления научного исследования. Критерии актуальности научно-исследовательских работ. Этапы научно-исследовательской работы. Разработка рабочей гипотезы. Выбор и разработка методики исследования. Проведение исследования. Обработка и анализ полученных результатов

Практические занятия

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Математико-статистическая обработка материалов научной и методической деятельности	Основные виды измерительных шкал. Шкала отношений. Интервальная шкала. Способы вычисления достоверности различий между двумя независимыми результатами. Методика тестирования физической подготовленности. Общие требования к методике тестирования. Организация тестирования. Определение достоверности различий по Т-критерию Стьюдента. Определение достоверности различий по Т-критерию Уайта
2	Подготовка рукописи и оформление научной и методической работы	План-проспект и его содержание. Аннотация. Основные требования к рукописи и ее оформлению. Язык и стиль научной и методической работы. Актуальность исследования. Объект и предмет исследования. Цель исследования. Задачи исследования. Гипотеза исследования. Методы исследования. Организация исследования. Заключение. Выводы. Список используемой литературы
3	Современные	Особенности использования информационных и

информационные технологии и обеспечение научной и методической деятельности	коммуникационных технологий в системе подготовки и профессиональной деятельности специалистов по физической культуре и спорту. Интернет технологии в процессе поиска и обмена информацией в области физической культуры и спорта
---	---

Самостоятельная работа.

Ознакомление с лекцией по каждой теме, ответы на вопросы для самопроверки после каждой лекции. Выполнение практических заданий по темам практических занятий. Подготовка к экзамену.

Дисциплина 7. Базовые и новые физкультурно-спортивные виды

Цель дисциплины: овладение слушателями комплексными знаниями в области базовых и новых физкультурно-спортивных видов и методикой их проведения с учащимися разных возрастных групп, как в системе основного, так и дополнительного образования

Задачи дисциплины:

- формирование навыков и практических умений в области базовых и новых физкультурно-спортивных видов;
- уметь подбирать и применять на занятиях базовыми и новыми физкультурно-спортивными видами адекватных поставленным целям и задачам современные научно обоснованные средства и методы обучения, воспитания и тренировки, организационные приемы работы с занимающимися

Лабораторные занятия

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Гимнастика с методикой преподавания.	Гимнастика в системе физического воспитания. Современные тенденции в содержании образования в школе. Формы организации занятий гимнастикой в школе. Организация и проведение основных средств гимнастики с учетом содержания рекомендованных школьных программ по физической культуре и контингента
2	Спортивные игры с методикой преподавания.	История, современное состояние и место спортивных игр в системе физического воспитания. Техника игры. Обучение и совершенствование техническим приемам в спортивных играх. Методика обучения техническим приемам игры. Тактика игры. Методика обучения. Обеспечение техники безопасности при организации и проведению занятий по спортивным играм. Организация и проведение соревнований по спортивным играм. Судейство соревнований по спортивным играм.
3	Подвижные игры и методика их проведения.	Подвижные игры как средство и метод физического воспитания. Педагогическая характеристика подвижных игр. Классификация подвижных игр. Методика проведения занятий по подвижным играм. Подвижные игры для развития физических качеств. Подвижные игры на основе материала разделов программы по физической культуре. Организационно-методические основы реализации подвижных игр в учебно-воспитательном процессе с

		учащимися разного возраста.
4	Легкая атлетика с методикой ее преподавания.	Методика обучения технике легкоатлетических упражнений (бег, прыжки, метания)
5	Базовые и новые физкультурно-спортивные виды,	Овладение техникой основных физкультурно-спортивных видов, приобретение необходимых знаний, умений и навыков для самостоятельной педагогической работы в школе. Лабораторные занятия по методике проведения базовых и новых физкультурно-спортивных видов, овладение техникой основных физкультурно-спортивных видов, приобретение необходимых знаний, умений и навыков для самостоятельной педагогической работы в школе

Самостоятельная работа.

Выполнение практических заданий по каждой теме, Демонстрация техники и методике обучения двигательным действиям по базовым и новым физкультурно-спортивным видам. Подготовка к экзамену.

Дисциплина 8. Анатомия человека

Цель дисциплины: формирование у слушателей компетенций, направленных на решение задач профессиональной педагогической деятельности на основе специальных научных знаний в области анатомии человека

Задачи дисциплины:

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что слушатель должен

Знать:

- основные понятия термины анатомии человека;
- структурно-функциональную организацию тела человека, деление на отделы, аппараты, органы их элементарные структурно функциональные единицы органов, включая их микроскопическую и ультрамикроскопическую организацию, с учётом возрастных, половых и индивидуальных особенностей;

Уметь:

- применять научные знания в области анатомии человека в учебной и профессиональной деятельности;
- применять знания в области анатомии или ее разделы для организации и проведения учебной и внеучебной физкультурно-оздоровительной деятельности;

Лекции

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Введение в анатомию	Предмет анатомии, цели и задачи, место в биологической науке и курсе учебных дисциплин Уровни организации живой материи: ткань, орган, система органов, организм
2	Опорно-двигательный аппарат.	Остеология. Артрология. Миология. Классификация мышц. Закономерности распределения мышц в опорно-двигательном аппарате. Развитие мышц.
3	Спланхнология и эндокринология	Общие закономерности строения висцеральных органов. Пищеварительный аппарат. Дыхательная система. Мочеполовой аппарат. Общий обзор органов внутренней секреции. Морфология и значение

Лабораторные занятия

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Ангиология	Общий обзор ССС. Кровеносные сосуды. Фило- и онтогенез ССС. Топография и строение сердца. Проводящая система сердца. Круги кровообращения. Микроциркуляторное русло. Кровообращение плода. Органы лимфатической системы
2	Неврология	Общий обзор нервной системы. Фило- и онтогенез нервной системы. Спинной мозг. Проводящие пути спинного мозга. Спинномозговые нервы, их ветви, области иннервации. Соматические сплетения. Общий обзор головного мозга, его отделы. Продолговатый мозг, задний мозг
3	неврология	Средний мозг, промежуточный мозг. Конечный мозг. Большие полушария. Базальные ганглии. Проводящие пути больших полушарий мозга. Головномозговые нервы
4	Вегетативная нервная система	Общая характеристика системы. Деление на отделы. Отличие рефлекторной дуги вегетативной нервной системы от соматической. Центральный отдел симпатической нервной системы. Периферический отдел симпатической нервной системы. Парасимпатическая часть вегетативной нервной системы и ее центры. Центральный и периферический отделы парасимпатической нервной системы. Проводящие пути нервной системы. Аfferентные и эfferентные пути. Их характеристика. Понятие об экстрапирамидной системе
5	Анализаторы (сенсорные системы)	Понятие об анализаторе и его отделах. Общая характеристика органов чувств как частей анализаторов. Типы рецепторов. Преддверно-улитковый орган. Орган слуха. Отделы, строение, функция. Орган гравитации и равновесия. Орган зрения. Строение функция. Орган вкуса. Иннервация языка. Орган обоняния. Обонятельный путь. Пирамидная и экстрапирамидная система. Понятие о связях мозжечка.

Самостоятельная работа.

Ознакомление с лекцией по каждой теме, ответы на вопросы для самопроверки после каждой лекции. Выполнение практических заданий по темам лабораторных занятий. Подготовка к зачету.

Дисциплина 9. Физиология человека

Цель дисциплины: формирование у слушателей компетенций, направленных на решение задач профессиональной педагогической деятельности на основе специальных научных знаний в области физиологии человека

Задачи дисциплины:

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что слушатель должен

Знать:

- основные закономерности протекания физиологических процессов в организме человека;
- принципиальные положения о высшей нервной деятельности человека;
- характер изменения физиологических реакций организма в процессе физического воспитания;
- анатомо-физиологические особенности организма детей, подростков и взрослых

и специфику протекания физиологических процессов

- *Уметь:*

- применять на практике знания физиологии человека;
- оценивать функциональное состояние организма систем и органов детей и подростков на различных этапах физического воспитания;
- оценивать уровень адекватности физических нагрузок и функциональных возможностей организма с учетом возрастных особенностей;
- оценивать эффективность протекания восстановительных процессов после занятий физической культурой по динамике физиологических реакций.

Владеть:

- физиологическими знаниями для планирования и проведения основных видов физкультурно-оздоровительных занятий с детьми, подростками и взрослыми людьми;
- физиологическими знаниями, исследовательскими умениями и практическими навыками в процессе медико-биологического и психолого-педагогического контроля состояния организма в процессе проведения физкультурно-спортивных занятий;

Лекции

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Организм как саморегулирующая система. Гомеостаз.	Основные физиологические понятия. Организм как саморегулирующаяся система. Принципы саморегуляции. Механизмы регуляции физиологических функций. Типы регуляции. Гомеостаз. Современные представления о гомеостазе. Основные функциональные характеристики возбудимых тканей.
2	Физиология системы крови. Иммунитет.	Понятие о системе крови. Кроветворение. Состав и объем крови. Функции крови. Форменные элементы крови. Физико-химические свойства плазмы крови. Группы крови. Нервная и гуморальная регуляция системы крови. Изменения крови при мышечной деятельности: миогенный лейкоцитоз, эритроцитоз, миогенный тромбоцитоз. <i>Иммунитет.</i> Иммунная система. Виды иммунитета
3	Физиология системы кровообращения. Состав, свойства и значение лимфы, лимфообразование	Функции кровообращения. Функциональная организация сердечно-сосудистой системы. Сердце. Функциональные особенности сердечной мышцы. Возбудимость и рефрактерность. Автоматия и проводящая система сердца. Электрические явления в сердце. Электрокардиограмма (ЭКГ). Сократительная деятельность сердца. Метаболизм и кровоснабжение сердца. Фазовая структура сердечного цикла. Гемодинамика. Физиология лимфообращения и его регуляция в покое и мышечной деятельности. Состав и свойства лимфы.

Практические занятия

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Физиология системы дыхания.	Дыхание и его функции. Этапы газообмена в организме. Механизм вдоха и выдоха. Дыхательный цикл и его изменения. Легочные объемы и емкости. Должные и фактические величины. Легочная вентиляция и её компоненты в условиях покоя и при мышечной работе у

		людей различного уровня физической подготовленности. Функциональное «мертвое» пространство. Альвеолярная вентиляция. Кислородная стоимость (работа) дыхания. Обмен и транспорт газов в организме. Регуляция дыхания при мышечной работе.
2	Физиология системы пищеварения. Выделение. Физиология эндокринной системы.	Общая характеристика пищеварительных процессов. Работы И.П. Павлова и его школы в исследовании физиологии пищеварения. Пищеварение в различных отделах пищеварительного тракта. Общая характеристика выделительных процессов. Основные функции почек и методы их исследования. Особенности кровообращения в почках. Процесс мочеобразования: гломерулярная фильтрация и канальцевая реабсорбция. Регуляция мочеобразования. Состав мочи. Мочевыведение и мочеиспускание. Выделительная функция потовых желез. Влияние мышечной деятельности на функции выделения:
3	Физиология двигательного аппарата.	Понятие о двигательном аппарате. Роль мышечной системы. Двигательные единицы (ДЕ) - основные морфофункциональные элементы нервно-мышечной системы. ДЕ и их типы. Функциональные свойства ДЕ. Мышечные волокна, их типы. Одиночное и тетаническое мышечное сокращение. Изометрический, изотонический и ауксотонический режимы сокращения мышц. Статический и динамический типы работы мышц. Концентрическая и эксцентрическая формы динамической работы. Исходная длина и величина напряжения, развиваемого скелетной мышцей, Зависимость между силой и скоростью сокращения мышцы. Кровоснабжение мышц, сокращающихся в различных режимах. Возрастные особенности функционирования нервно-мышечной системы. Функциональные свойства гладких мышц, особенности их метаболизма.
4	Функции периферической и центральной нервной системы.	Значение и общие функции ЦНС. Функциональная организация ЦНС и ее развитие в процессе эволюции и онтогенеза. Рефлекторный механизм деятельности ЦНС - рефлекс, рефлекторная дуга, обратная связь (рефлекторное кольцо). Виды рефлексов. Методы исследования ЦНС.

Самостоятельная работа.

Ознакомление с лекцией по каждой теме, ответы на вопросы для самопроверки после каждой лекции. Выполнение практических заданий по темам практических занятий. Подготовка к зачету.

Дисциплина 10. Физиология физического воспитания и спорта

Цель дисциплины: формирование у слушателей компетенций, направленных на решение задач профессиональной педагогической деятельности на основе специальных научных знаний в области физиологии физического воспитания и спорта

Задачи дисциплины:

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что слушатель должен

Знать:

- физиологию физкультурно-оздоровительной деятельности;
- особенности адаптации к мышечной деятельности и функциональные резервы организма при выполнении физических упражнений из разных видов спорта;
- физиологические закономерности развития физических качеств и формирования двигательных навыков;
- физиологию спортивной тренировки;

Уметь:

- применять на практике знания физиологии физкультурно-оздоровительной деятельности;
- строить учебно-тренировочный процесс с учетом адаптации к мышечной деятельности и функциональных резервов организма при выполнении физических упражнений из разных видов спорта;
- применять в практической деятельности знания о физиологических закономерностях развития физических качеств и формирования двигательных навыков;
- применять основные физиологические методики исследований функций органов и систем человека в тренировочном процессе;

Владеть:

- навыками построения учебно-тренировочного процесса с учетом адаптации к мышечной деятельности и функциональных резервов организма при выполнении физических упражнений из разных видов спорта;
- методиками построения спортивной тренировки с учетом физиологических закономерностей развития физических качеств и формирования двигательных навыков;
- способами оценки физиологических характеристик двигательной деятельности.

Лекции

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Физиология мышечного сокращения и расслабления. Двигательная активность	Физиология мышечного сокращения и расслабления. Понятие о двигательной активности (ДА), ее значение. Методы изучения ДА. Потребность в ДА, факторы на нее влияющие. Уровни и нормы ДА. Гипокинезия и гиподинамия, их влияние на организм человека и его работоспособность. Показатели тренированности в условиях покоя, при тестирующих и предельных нагрузках.
2	Физиология мышечной деятельности. Физиологическая классификация и характеристика спортивных упражнений. Адаптация к мышечной деятельности и функциональные резервы организма	Физиология мышечной деятельности. Понятие об адаптации к различным факторам окружающей среды. Виды адаптации. Индивидуальные типы адаптации. Особенности адаптации организма спортсмена. Динамика функций организма при адаптации и ее стадии. Общий адаптационный синдром (Г.Селье), его стадии. Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам. Функциональная система адаптации. Функциональные резервы организма, их характеристика и классификация. Влияние тренировки на функциональные резервы организма.
3	Произвольные	Учение о произвольных движениях. Рефлекторная природа

<p>движения. Управление произвольными движениями. Физиологические основы формирования двигательных навыков</p>	<p>двигательных актов. Роль формирования двигательных навыков в совершенствовании двигательной деятельности спортсмена. Стадии формирования двигательных навыков Физиологическая структура двигательных навыков. Многоуровневый характер регуляции движений. Функциональная система управления движениями. Рефлекторное кольцевое регулирование и программное управление движениями. Речевая регуляция движений. Возрастные особенности управления движениями.</p>
--	--

Практические занятия

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Физиологические механизмы развития физических качеств	<p>Понятие о двигательных качествах. Физиологические механизмы развития и проявления физических качеств. Физиологические основы тренировки мышечной силы. Физиологические механизмы развития скорости движений. Физиологические основы развития выносливости. Физиологические механизмы и закономерности развития ловкости и гибкости</p>
2	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности	<p>Состояния организма при спортивной деятельности, их взаимосвязь. Предстартовое состояние. Особенности физиологических функций. Физиологическое значение и механизмы предстартовых изменений. Разновидности предстартового состояния и способы управления ими. Врабатывание. Состояние устойчивой работоспособности. Восстановление.</p>
3	Физиологические особенности основных видов спорта (соревновательная и тренировочная деятельности)	<p>Плавание: физиологические особенности пребывания человека в водной среде. Легкая атлетика, её физиологическая характеристика. Физиологическое обоснование лыжной подготовки. Гимнастика, её физиологическая характеристика. Спортивные игры, их физиологические особенности.</p>
4	Физиология спортивной тренировки.	<p>Понятие о спортивной тренировке. Физиологическое обоснование принципов тренировки, её основные функциональные эффекты. Физиологическое обоснование структуры многолетней подготовки и её отдельных этапов как процесса формирования долговременной адаптации. Физиологическое обоснование компонентов тренировочных нагрузок. Тренированность. Показатели тренированности в покое. Проявление тренированности при выполнении стандартной и предельной работы. Пороговые тренирующие нагрузки. Компоненты тренировочных нагрузок и их физиологическое обоснование. Физиологические принципы спортивной тренировки. «Спортивная форма»</p>
5	Физиология спортивных упражнений	<p>Классификация спортивных движений и упражнений: по биомеханической структуре, характеру реагирования на условия деятельности, проявлению физических качеств, режиму деятельности скелетных мышц, мощности нагрузки, преобладающим источникам энергии, уровню энерготрат,</p>

		характеру распределения усилий, сложности координации, объему занятых в движении мышц
6	Физиологическая характеристика урока физической культуры в школе	Факторы, обуславливающие величину нагрузки: продолжительность и интенсивность выполнения упражнений, количество и продолжительность интервалов отдыха, число повторений упражнения, уровень физической подготовленности и др. Регуляция физической нагрузки по данным пульса, дыхания, величине кровяного давления. Внешние признаки утомления. «Физиологические кривые» урока. Влияние занятий физической культурой на физическое, функциональное развитие, работоспособность школьников и состояние их здоровья

Самостоятельная работа.

Ознакомление с лекцией по каждой теме, ответы на вопросы для самопроверки после каждой лекции. Выполнение практических заданий по темам практических занятий. Подготовка к зачету.

Дисциплина 11. Спортивная медицина

Цель дисциплины: формирование у слушателей компетенций, направленных на способность проводить оценку физического и функционального состояния занимающихся физической культурой и спортом.

Задачи дисциплины:

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что слушатель должен

Знать:

- теоретические аспекты спортивной медицины;
- методы оценки физического развития занимающихся физической культурой и спортом;
- основные методы изучения и оценки различных показателей функционального состояния органов и систем с учетом двигательной нагрузки;
- особенности контроля за влиянием физической нагрузки на организм у лиц разного пола и возраста;
- организацию и содержание врачебного наблюдения и контроля при занятиях физической культурой и спортом;

Уметь:

- использовать методы оценки физического развития занимающихся физической культурой и спортом;
- применять методы изучения и оценки различных показателей функционального состояния органов и систем с учетом двигательной нагрузки;
- обеспечивать контроль за влиянием физической нагрузки на организм у лиц разного пола и возраста;

Владеть:

- методами оценки физического развития занимающихся физической культурой и спортом;
- методикой тестирования функционального состояния различных систем организма;
- методикой исследования и оценки общей и специальной физической работоспособности;

Лекции

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Общая патология. Основы общей патологии	Понятие о здоровье и норме. Понятие о предболезни. Оценка адаптационного потенциала системы кровообращения. Понятие о болезни. Классификация болезней. Периоды болезни. Понятие об этиологии. Понятие о наследственности. Конституция. Типы конституции по М.В. Черноруцкому. Понятие о патогенезе. Типовой патологический процесс
2	Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы спортсменов	Методика проведения и оценки функциональных проб с физической нагрузкой. Оценка частоты сердечных сокращений, систолического и диастолического артериального давления, пульсового давления спортсменов в состоянии покоя. Комбинированная проба С.П. Летунова. Проба Руффье. Определение показателя качества реакции сердечно-сосудистой системы по формуле Кушелевского-Зискина. Проба Руффье. Спортивное сердце. Инструментальные методы исследования сердечно-сосудистой системы у спортсменов
3	Оценка общей работоспособности спортсмена. Максимальное потребление кислорода (МПК), методы определения и оценка	Оценка общей физической работоспособности спортсменов. Гарвардский степ-тест. Тест PWC170 (Physical Working Capacity). Тест Новакки. Максимальное потребление кислорода (МПК), методы определения и оценка

Практические занятия

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Оценка функционального состояния системы внешнего дыхания спортсменов	Внешнее и внутреннее дыхание. Методы исследования системы внешнего дыхания. Показатели функционального состояния системы внешнего дыхания. Функциональные пробы системы внешнего дыхания
2	Оценка функционального состояния нервной системы спортсменов	Типы высшей нервной системы по И.П. Павлову. Вегетативная нервная система. Координационная функция нервной системы. Анализаторы. Оценка функционального состояния анализаторов. Теппинг-тест. Инструментальные методы исследования нервной системы.
3	Врачебно-педагогические наблюдения	Врачебно-педагогические наблюдения. Формы и методы врачебно-педагогических наблюдений. Оценка состояния здоровья детей и подростков.
4	Содержание комплексного контроля за юными спортсменами	Краткая характеристика морфофункциональных и психологических особенностей детей школьного возраста. Содержание комплексного контроля за юными спортсменами. Особенности организации занятий физической культурой и спортом в детском и подростковом возрасте. Средства

		восстановления юных спортсменов. Экспресс-оценка физического здоровья школьников.
5	Спортивный травматизм.	Общая характеристика спортивного травматизма. Понятие о травмах. Повреждения кожных покровов. Кровотечения, виды, признаки, способы остановки. Травматические вывихи. Переломы и их классификация. ЧМТ. Сотрясение сердца. Понятие о травматическом шоке. Первая помощь при травмах.
6	Спортивная патология	Понятие об утомлении и переутомлении. Хроническое физическое перенапряжение. Спортивная неврология. Хроническое перенапряжение ЦНС (перетренированность). Заболевания нервной системы у спортсменов. Иммунная система при занятиях спортом. Особенности иммунной системы спортсменов. Хроническое физическое перенапряжение иммунной системы. Спортивная пульмонология. Спортивная кардиология. Хроническое физическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы и крови. Заболевания сердечно-сосудистой системы у спортсменов. Спортивная гастроэнтерология. Спортивная нефрология. Система мочевого выделения при занятиях спортом. Хроническое физическое перенапряжение мочевыделительной системы. Заболевания мочевыделительной системы.

Самостоятельная работа.

Ознакомление с лекцией по каждой теме, ответы на вопросы для самопроверки после каждой лекции. Выполнение практических заданий по темам практических занятий. Подготовка к зачету.

Дисциплина 12. Лечебная физическая культура и массаж

Цель дисциплины: приобретение навыков по использованию физических упражнений и массажа с лечебной и профилактической целями.

Задачи дисциплины:

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что слушатель должен

Знать:

- основные термины, применяемые в лечебной физкультуре и массаже;
- основы ЛФК и методические принципы работы, механизмы лечебного действия физических упражнений и массажа при различных заболеваниях и травмах;
- технологии ЛФК и массажа;
- основные виды и приемы массажа, показания и противопоказания, использование вспомогательных средств;

Уметь:

- использовать методы физиологического и педагогического контроля состояния организма при нагрузках ЛФК;
- составить комплекс ЛФК и рекомендации по проведению массажа с учетом возраста, пола, прошлого двигательного опыта и места локализации патологического очага или травмы;
- применять практические приемы использования лечебной физической культуры и массажа.

Владеть:

- навыками практической деятельности использования ЛФК и массажа для первичной профилактики заболеваний и травм и для реабилитации;
- методами составления комплексов ЛФК и оценке эффективности;
- навыками проведения процедуры классического оздоровительного массажа и самомассажа.

Лекции

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Общие основы лечебной физической культуры и массажа	Основные этапы возникновения и развития ЛФК. Общие основы лечебных физических упражнений. Понятие о ЛФК как о естественно-биологическом методе, методе неспецифической, патогенетической и функциональной терапии. Особенности использования методов ЛФК для оздоровления организма.
2	Формы и методы проведения упражнений ЛФК и массажа	Оздоровляющие двигательные режимы. Гидрокинезотерапия. Гиподинамия и физическая деятельность. Виды упражнений ЛФК. Показания и противопоказания к применению ЛФК. Методические принципы и формы ЛФК. Систематизация физических упражнений по анатомическому признаку и по степени нагрузки и активности. Формы ЛФК
3	Дозировка и оценка величины нагрузки в ЛФК по частоте сердечных сокращений	Критерии допустимости нагрузок ЛФК (показатели ЧСС для дозирования нагрузок). Методические приемы дозирования физических нагрузок по ЧСС и др. Постоянность выполнения упражнений по предписанию врача, постепенность нарастания нагрузки и увеличения амплитуды движений. Режимы двигательной активности в лечебно-профилактических учреждениях. Врачебно-педагогический контроль за переносимостью и эффективностью дозировки лечебно-физкультурных комплексов и массаже по назначению

Практические занятия

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	Краткая характеристика основных заболеваний сердца и сосудов. Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Основы методики построения занятий лечебной физкультурой при отдельных заболеваниях
2	Лечебная физкультура при заболеваниях органов дыхания	Краткая характеристика заболеваний органов дыхания. Механизм лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов дыхания. Основы методики лечебной физкультуры при заболеваниях органов дыхания
3	Лечебная физкультура и массаж при нарушениях обмена веществ и заболеваниях	Методика ЛФК при нарушениях углеводного, белкового, жирового, минерального и гормонального обмена веществ у человека. Механизм лечебного действия физических упражнений. Основы методики лечебной физкультуры при ожирении. ЛФК в сочетании с другими методами лечения. Особенности физического воспитания школьников с

	суставов	ожирением.
4	Лечебная физкультура и массаж в травматологии	ЛФК в травматологии. Значение, задачи и общие принципы лечебной физкультуры в лечении травм. Механизмы лечебного действия физических упражнений при травмах: общее и местное влияние. Сочетание ЛФК с массажем и физиотерапией. Виды массажа. Основные приемы массаж, порядок их выполнения. Требования к помещению, массажисту, нормы нагрузки
5	Лечебная физкультура и массаж при травмах и заболеваниях нервной системы	Выбор упражнений ЛФК с учетом места и характера травматического повреждения. Подбор оптимальных тренировочных режимов.). Сочетание ЛФК с массажем и физиотерапией. Понятие о детских церебральных параличах. Организация лечения детей с детскими церебральными параличами. Методика лечебной физкультуры при ДЦП. Физическое воспитание школьников с детскими церебральными параличами.
6	Лечебная физкультура и массаж при деформациях и заболеваниях опорно-двигательного аппарата у детей и подростков	Профилактика и коррекция функционального состояния позвоночника средствами ЛФК и массажа у подростков и взрослых Дефекты осанки и отклонения физиологических изгибов позвоночника. Частные методики ЛФК и массажа для коррекции нарушений осанки у детей и подростков. Методика лечебной физкультуры и формы занятий при деформациях стопы (плоскостопии, косолапости). Общие данные о деформациях стопы, причинах и механизмах формирования плоскостопия. Авторские методики коррекции деформаций стопы средствами ЛФК и массажа

Самостоятельная работа.

Ознакомление с лекцией по каждой теме, ответы на вопросы для самопроверки после каждой лекции. Выполнение практических заданий по темам практических занятий. Подготовка к зачету.

Дисциплина 13. Основы антидопингового обеспечения

Цель дисциплины: формирование у слушателей компетенций, направленных на решение задач профессиональной педагогической деятельности на основе специальных научных знаний в области анатомии человека

Задачи дисциплины:

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что слушатель должен

Знать:

- нормативно-правовые основы антидопингового обеспечения
- основные истоки допинга и сопротивления ему;
- о вреде допинга здоровью человека и допинг контроле;
- санкции, применяемые за нарушение антидопинговых правил.

Уметь:

- ориентироваться в положениях нормативных актов, касающихся системы антидопингового обеспечения;
- разбираться в процедуре допинг-контроля;
- ориентироваться в правовых последствиях применения допинга;

- обеспечить профилактику и непринятие допинга, способах защиты прав спортсмена.

Владеть:

- нормативно-правовой базой по антидопинговому обеспечению;
- навыками планирования и проведения мероприятий по профилактике применения допинга со спортсменами, студентами и родителями.

Лекции

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Нормативно-правовое регулирование антидопингового обеспечения спорта	Всемирная антидопинговая программа. Международные нормативно-правовые акты. Всемирный антидопинговый кодекс. Международная конвенция ЮНЕСКО о борьбе с допингом в спорте. Международные стандарты ВАДА. Медицинский кодекс олимпийского движения. Российские нормативно-правовые акты. Общероссийские антидопинговые правила.. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Кодексы РФ.

Практические занятия

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Характеристика основных видов допинга. Распространенность допинга в различных видах спорта.	Характеристика основных видов допинга. Анализируемые биологические среды. Классы субстанций и методов, запрещенных в спорте. Вещества и методы, запрещенные всегда. Вещества, имеющие запрет на время соревнований. Субстанции, запрещенные в отдельных видах спорта. Вещества, находящиеся под мониторингом. Запрет в отдельных видах спорта, не связанных с двигательной деятельностью человека. Причины распространения допинга в различных видах спорта. БАДы.
2	Вред допинга здоровью человека. Опасность применения допинга в детском и юношеском возрасте	Вред допинга здоровью человека. Анаболические андрогенные стероиды. Бета-блокаторы. Бета 2 –агонисты. Глюкокортикоиды. Гонадотропины. Гормон роста. Диуретики. Инсулин. Каннабианоиды. Наркотики (опиоидные анальгетики). Стимуляторы. Эритроэтин. Аутогемотрансфузия (кровяной допинг). Генный допинг. Опасность применения допинга в детском и юношеском возрасте Опасность применения допинга в детском и юношеском возрасте

Самостоятельная работа.

Ознакомление с лекцией по каждой теме, ответы на вопросы для самопроверки после каждой лекции. Выполнение практических заданий по темам практических занятий. Подготовка к зачету.

Дисциплина 14. Биомеханика двигательной деятельности

Цель дисциплины: формирование у слушателей компетенций, направленных на решение задач профессиональной педагогической деятельности на основе специальных научных знаний в области анатомии человека

Задачи дисциплины:

В результате изучения дисциплины решается определенный круг задач, реализация которых, направлена на то, что слушатель должен

Знать:

- особенности движений человека как механической системы и ее функции;
- основы управления биомеханической структурой движений человека;
- биологические и механические особенности физических качеств;
- способы и методы определения биомеханических характеристик движения человека.

Уметь:

- применять знания о биомеханике двигательной деятельности в учебно-тренировочном процессе;
- проанализировать по биомеханическим характеристикам двигательное действие;
- управлять биомеханической структурой движений при обучении двигательным действиям и развитии физических способностей занимающихся.

Владеть:

- знаниями о биомеханике двигательной деятельности с целью реализации их профессиональной работе с занимающимися физической культурой и спортом;
- основами управления биомеханической структурой движений человека

Лекции

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Двигательная функция человека как биомеханическая система	Строение и функции биомеханических систем двигательного аппарата. Геометрия масс тела человека. Звенья тела как рычаги и маятники. Биомеханические свойства мышц, связок, сухожилий. Биомеханические свойства костей. Биомеханика суставов

Практические занятия

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	Система движений человека. Управление системой движений	Системы движений и их структура. Состав системы движений. Структура системы движений. Двигательное действие человека как управляемая система движений
2	Биомеханические основы физических упражнений с основами частной биомеханики	Биомеханика локомоторных движений. Биомеханика вращательных движений. Биомеханика переместительных движений
3	Биомеханические основы развития двигательных способностей человека	Биомеханическая характеристика силовых способностей. Биомеханическая характеристика скоростных способностей. Биомеханическая характеристика выносливости. Биомеханическая характеристика гибкости.

Самостоятельная работа.

Ознакомление с лекцией по каждой теме, ответы на вопросы для самопроверки после каждой лекции. Выполнение практических заданий по темам практических занятий. Подготовка к зачету.