

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Щёкина Вера Витальевна

Должность: Ректор

Дата подписания: 05.09.2022 04:55:36

Уникальный программный идентификатор:
a2232a55157e57651a4149001002a153989420420336ffbf573a454e57789




МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ

федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»

ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа дисциплины

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета
физической культуры и спорта
ФГБОУ ВО БГПУ


О.В. Юрченко
«22» мая 2019 г.

Рабочая программа дисциплины

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Направление подготовки

44.04.01 - ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Профиль
«ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ
И СПОРТИВНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ»

Уровень высшего образования
МАГИСТРАТУРА

Принята на заседании кафедры теории и методики физической культуры, безопасности жизнедеятельности и здоровья (протокол № 12 от «15» марта 2019 г.)

Благовещенск 2019

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|--|
| 1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА | Ошибка! Закладка не определена. |
| 2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ | 4 |
| 3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ) | 6 |
| 4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ | 8 |
| 5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ | 10 |
| 6 ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ) УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА..... | 15 |
| 7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ | 23 |
| В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ | 23 |
| 8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ | 24 |
| 9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ | 24 |
| 10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА | 25 |
| 11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ | 26 |

1.1 Цель дисциплины формирование системой научно-практических и специальных знаний, необходимых для понимания природных и социальных процессов, обеспечения физической активности и здоровья для личностного и профессионального развития, самосовершенствования, организации и проведения здорового образа человека.

1.2 Место дисциплины в структуре ОПП: Дисциплина «Медико-биологические механизмы двигательной активности» относится к блоку вариативной части дисциплин Б1.В.ДВ.02, формируемая участниками образовательных отношений Б1.В.ДВ.02.02

1.3 Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций: ОПК-8:

- **ОПК-8.** Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний и результатов исследований, **индикаторами** достижения которой является:

- ОПК-8.1 Знает: особенности педагогической деятельности; требования к субъектам педагогической деятельности; результаты научных исследований в сфере педагогической деятельности.

- ОПК-8.2 Умеет: использовать современные специальные научные знания и результаты исследований для выбора методов в педагогической деятельности.

- ОПК-8.3 Владеет: методами, формами и средствами педагогической деятельности; осуществляет их выбор в зависимости от контекста профессиональной деятельности с учетом результатов научных исследований.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения. В результате изучения дисциплины студент должен

- **знать:**

- методологию теории и методики осуществления физической активности, здоровьесбережения, оздоровительной физической культуры;

- современные оздоровительные системы физической активности (аэробика, ритмика, атлетическая гимнастика и др.), их положительном влиянии на физические кондиции человека, его репродуктивную функцию и творческое долголетие.

- особенности педагогической деятельности; требования к субъектам педагогической деятельности;

- результаты научных исследований в сфере педагогической деятельности;

- **уметь:**

- использовать современные специальные научные знания и результаты исследований для выбора методов в педагогической деятельности

- осуществлять диагностику физической активности и здоровья человека по уровню физического развития, физической подготовленности и работоспособности;

- определять цели и задачи построения физической активности и здоровьесбережения в аспекте личностного и профессионального развития человека;

- выбирать и применять адекватные методы и средства физической активности и здоровьесбережения в аспекте личностного и профессионального развития человека.

- **владеть:**

- методами, формами и средствами педагогической деятельности; осуществляет их выбор в зависимости от контекста профессиональной деятельности с учетом результатов научных исследований;

- способами и видами диагностики физической активности и здоровья человека;

- основными методами и средствами осуществления физической активности и здоровьесбережения.

1.5 Общая трудоемкость дисциплины «Медико-биологические механизмы двигательной активности» составляет 2 зачетных единицы (далее – ЗЕ) (72 часа):

| № | Наименование раздела | Курс | Семестр | Кол-во часов | ЗЕ |
|---|--|------|---------|--------------|----|
| 1 | «Медико-биологические механизмы двигательной активности» | 2 | 3 | 72 | 2 |

Общая трудоемкость дисциплины «Медико-биологические механизмы двигательной активности» составляет 2 зачётные единицы.

Программа предусматривает изучение материала на лекциях и практических занятиях. Предусмотрена самостоятельная работа студентов по темам и разделам. Проверка знаний осуществляется фронтально, индивидуально.

1.6 Объем дисциплины и виды учебной деятельности

Объем дисциплины и виды учебной деятельности (очная форма обучения)

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестры |
|--------------------------------|-------------|----------|
| Общая трудоемкость | 72 | 3 |
| Аудиторные занятия | 18 | 18 |
| Лекции | 4 | 4 |
| Практические занятия | 14 | 14 |
| Самостоятельная работа | 54 | 54 |
| Вид итогового контроля - зачет | 4 | зачет |

Объем дисциплины и виды учебной деятельности (заочная форма обучения)

| Вид учебной работы | Всего часов | Семестры |
|--------------------------------|-------------|----------|
| Общая трудоемкость | 72 | 3 |
| Аудиторные занятия | 10 | 18 |
| Лекции | 2 | 4 |
| Практические занятия | 8 | 14 |
| Самостоятельная работа | 58 | 54 |
| Вид итогового контроля - зачет | 4 | зачет |