

Программа учебной дисциплины

5.1.9 «Методика физической культуры в специальных медицинских группах»

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является теоретическая и практическая подготовка обучающихся (слушателей) в области методики физической культуры в специальных медицинских группах.

2. Планируемые результаты освоения дисциплины

№ п/п	Компетенции	Знать	Уметь	Владеть
1.	ПК-2	<p>Современные методы и технологии обучения и диагностики.</p> <p>Основы применения современных методов и технологий обучения и диагностики в зависимости от образовательных задач педагога.</p> <p>Теоретические и прикладные характеристики и критерии разработки современных методов и технологий обучения и диагностики</p>	<p>Применять современные методы и технологии обучения и диагностики.</p> <p>Применять современные методы и технологии обучения и диагностики в зависимости от образовательных задач педагога.</p> <p>Разрабатывать конкретные приемы и методы обучения и диагностики для достижения конкретных целей</p>	<p>Навыками оценки преимуществ и недостатков использования современных методов и технологий обучения и диагностики, исходя из конкретной учебной ситуации на уроке.</p> <p>Навыками использования современных методов и технологий обучения и диагностики для достижения конкретных целей обучения и развития обучающихся.</p> <p>Навыками проектирования учебной ситуации на уроке с использованием современных</p>

				методов и технологий обучения и диагностики
--	--	--	--	---

3. Содержание дисциплины

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Вид	Содержание
1.	Организация работы специальных медицинских групп	4	Лекция	Организация работы специальных медицинских групп в условия среднего, среднего специального и высшего образования. Методы врачебно-педагогических наблюдений и функциональные пробы. Самоконтроль, его основные методы, критерии и показатели. Дневник самоконтроля. Методики ЛФК, используемые при различных заболеваниях.
		8	Практика	Методика проведения занятий в группах здоровья. Методы исследования физической подготовленности. Методика занятий и условия допуска к занятиям в группах здоровья после перенесенных заболеваний, травм.
	Итого:	12 часов		

4. Формы аттестации и оценочные материалы

Форма аттестации – зачет.

Вопросы к зачету:

- 1.Формирование специальных медицинских групп. Условия допуска к занятиям физической культурой.
- 2.Причины травматизма при занятиях физическими упражнениями и спортом.
- 3.Техника безопасности при занятиях физической культурой.
- 4.Медицинский контроль и его роль в предупреждении травматизма.
- 5.Формы активного отдыха студентов (гимнастика до начала занятий, физкультминутки, занятия в секциях, кружках, самостоятельные занятия).
- 6.Содержание двигательной рекреации в восстановлении физической активности обучающихся специальных медицинских групп.
- 7.Что означает «физическая активность человека».
- 8.Понятийный аппарат ЛФК.
- 9.Влияние физических упражнений на функциональное состояние сердечно-сосудистой системы.
- 10.Влияние дыхательных упражнений на организм занимающихся физической культурой в специальных медицинских группах.

11. Воздействие физических упражнений на опорно-двигательный аппарат.
12. Влияние физических упражнений на мочевыделительную систему организма.
13. Понятие «Здоровье», его содержание и критерии.
14. Функциональные возможности проявления здоровья человека в различных сферах жизнедеятельности.
15. Влияние образа жизни и условий окружающей среды на здоровье.
16. Физическое самовоспитание и самосовершенствование как необходимое условие здорового образа жизни.
17. Степень влияния факторов физиологического, физического, психического характера на работоспособность обучающихся.
18. Общие закономерности изменения работоспособности обучающихся в учебном дне, неделе, семестре, учебном году.
19. Возрастные особенности развития силы, быстроты, выносливости, скоростно – силовых качеств. Сенситивные периоды развития.
20. Содержание активного отдыха с использованием двигательной деятельности. Что означает «физическая активность человека».
21. Средства физической культуры в регулировании психоэмоционального и функционального состояния студентов в период экзаменационной сессии.
22. Объективные и субъективные признаки усталости, утомления, переутомления. Причины и профилактика.
23. Организм человека как единая саморазвивающаяся и саморегулирующая биологическая система. Характеристика самоконтроля при занятиях физическими упражнениями и спортом.
24. Содержание самоконтроля, его цель и задачи.
25. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры. Критерии самоконтроля. Дневник самоконтроля.
26. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями и спортом по результатам показателей контроля .
27. Общая характеристика оздоровительной физической культуры (оздоровительная направленность, как важнейший принцип системы физического воспитания).
28. Систематические занятия физическими упражнениями как компонент здорового образа жизни.

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:

Основная литература:

Прикладная физическая культура для студентов специальных медицинских

групп: учебное пособие/ Кузнецов И.А., Буров А.Э., Качанов И.В.—
Электрон. текстовые данные.— Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019.— 154 с.—
Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/79436.html>

Дополнительная литература:

1. Теория и методика обучения физической культуре: учебное пособие/
Балтрунас М.И., Быченков С.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов:
Ай Пи Эр Медиа, 2019.— 135 с.— Режим доступа:
<http://www.iprbookshop.ru/81323.html>

Интернет-ресурсы:

1. Интернет-библиотека образовательных изданий <http://www.igHb.ru>
2. Электронно-библиотечная система (ЭБС) IPR BOOKS <http://www.iprbookshop.ru/>
3. Электронно-библиотечная система «Юрайт» <https://biblio-online.ru/>