

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет физической культуры

Кафедра теории и методики физической культуры
и безопасности жизнедеятельности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Наименование дисциплины (модуля): Методика занятий по физическому воспитанию со школьниками специальных медицинских групп
Уровень ОПОП: Бакалавриат

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Профиль подготовки: Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности
Форма обучения: Очная

Разработчики: Гераськина М. А., канд. биол. наук, доцент

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 10 от 26.04.2016 года

Зав. кафедрой



Елаева Е. Е.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 29.08.2017 года

Зав. кафедрой



Елаева Е. Е.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 1 от 31.08.2020 года

Зав. кафедрой



Якимова Е. А.

1. Цель и задачи изучения дисциплины

Цель изучения дисциплины - профессиональная подготовка бакалавров к педагогической деятельности на основе освоения ими вопросов методологии, теории и практики, необходимых для их реализации в процессе обучения физической культуре школьников, относящихся по состоянию здоровья к специальной медицинской группе; формирование систематизированных знаний о психо-соматических показателях здоровья обучающихся, приобретение навыков сохранения здоровья и жизни обучающихся.

Задачи дисциплины:

- способствовать формированию знаний о методических основах применения средств физического воспитания, направленных на укрепление здоровья, повышение функциональных и адаптивных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма, развитие физических качеств, лежащих в основе общей физической подготовленности;

- способствовать усвоению профессиональных компетенций для осуществления общепедагогической функции (обучения), воспитательной, развивающей и педагогической деятельности по реализации программ основного и среднего общего образования;

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина Б1.В.ДВ.02.02 «Методика занятий по физическому воспитанию со школьниками специальных медицинских групп» относится к вариативной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 1 курсе, в 1 семестре.

Для освоения дисциплины «Методика занятий по физическому воспитанию со школьниками специальных медицинских групп» обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, полученные и сформированные в ходе изучения дисциплины «Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии».

Освоение дисциплины Б1.В.ДВ.02.02 «Методика занятий по физическому воспитанию со школьниками специальных медицинских групп» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

Б1.Б.11 Основы медицинских знаний;

Б1.В.ДВ.05.02 Современное направление оздоровительных видов физической культуры;

Б1.В.ДВ.06.01 Валеологическое образование в процессе физического воспитания школьников.

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Методика занятий по физическому воспитанию со школьниками специальных медицинских групп», включает: образование, социальную сферу, культуру.

Освоение дисциплины готовит к работе со следующими объектами профессиональной деятельности:

- обучение;
- воспитание;
- развитие.

В процессе изучения дисциплины студент готовится к видам профессиональной деятельности и решению профессиональных задач, предусмотренных ФГОС ВО и учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций и трудовых функций (профессиональный стандарт Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель), утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты

№544н от 18.10.2013).

Выпускник должен обладать следующими общепрофессиональными компетенциями (ОПК):

ОПК-2 способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	
ОПК-2 способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	знать: – особенности организации процесса физического воспитания с учащимися специальных медицинских групп; – группы здоровья детей и подростков; – распределение учащихся на медицинские группы по состоянию здоровья для занятий физической культурой и их характеристику. уметь: – осуществлять физическое воспитание учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. владеть: – методикой дифференцированного подхода в работе с учащимися специальных медицинских групп.
ОПК-6 готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся	
ОПК-6 готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся	знать: – формы и средства физического воспитания для обеспечения здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе. уметь: – использовать формы и средства физического воспитания для обеспечения здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе. владеть: – приемами обеспечения здоровья обучающихся в профессиональной сфере.

Выпускник должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК) в соответствии с видами деятельности:

ПК-7 способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности	
педагогическая деятельность	
ПК-7 способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности	знать: – современные способы развития и реализации творческих способностей различных категорий обучающихся. уметь: – планировать и осуществлять процесс физического воспитания с целью поддержания активности, инициативности, самостоятельности, развития творческих способностей и осуществления сотрудничества обучающихся; – подбирать эффективные методы и средства обучения и воспитания через предметную деятельность; – планировать и проводить уроки по физической культуре с учащимися специальной медицинской группы.

	владеть: – навыками осуществления учебно-воспитательного процесса по физической культуре с учетом индивидуальных особенностей учеников; – методикой проведения уроков по физической культуре в специальной медицинской группе с целью поддержания активности, инициативности, самостоятельности, развития творческих способностей и осуществления сотрудничества обучающихся.
--	---

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Первый семестр
Контактная работа (всего)	18	18
Практические	18	18
Самостоятельная работа (всего)	54	54
Виды промежуточной аттестации	4	4
Зачет		+
Общая трудоемкость часы	72	72
Общая трудоемкость зачетные единицы	2	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание модулей дисциплины

Модуль 1. Методическое обеспечение занятий по физической культуре школьников специальных медицинских групп:

Понятие «дети с ограниченными возможностями здоровья». Группы здоровья детей и подростков, их характеристика. Понятия «медицинская группа» и «физкультурная группа». Характеристика медицинских групп для занятий физической культурой в зависимости от состояния здоровья детей и подростков. Основные задачи физического воспитания и периодизация учебного процесса учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе. Организация физического воспитания в специальных медицинских группах в школе. Методические особенности занятий по физической культуре с учащимися специальных медицинских групп. Дифференцированный подход в работе с учащимися специальных медицинских групп. Врачебно-педагогический контроль при проведении занятий физического воспитания в специальной медицинской группе: задачи, содержание, основные методы.

Модуль 2. Методические рекомендации проведения физкультурных занятий со школьниками при различных заболеваниях:

Методические особенности применения средств физического воспитания при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Принципы применения средств и форм физического воспитания в целях профилактики заболеваний системы кровообращения. Методика применения специальных упражнений для профилактики и лечения ортопедической патологии. Методические особенности применения средств физического воспитания при заболеваниях органов пищеварения и нарушении обмена веществ. Применение различных форм физического воспитания при заболеваниях дыхательной системы. Особенности индивидуального подхода к учащимся с нарушением зрения при проведении физкультурных занятий. Методические особенности применения средств физического воспитания при функциональных нарушениях нервной системы.

5.2. Содержание дисциплины: Практические (18 ч.)

Модуль 1. Методическое обеспечение занятий по физической культуре школьников специальных медицинских групп (6 ч.)

Подготовлено в системе 1С:Университет (000012703)

Тема 1. Правила определения медицинских групп для занятий физической культурой с учащимися (2 ч.)

Дети с ограниченными возможностями здоровья. Характеристика групп здоровья детей в структуре комплексной оценки состояния здоровья детей. Правила распределения учащихся на группы здоровья. Характеристика медицинских групп для занятий физической культурой в зависимости от состояния здоровья детей и подростков. Общие абсолютные и относительные противопоказания занятиями физическими упражнениями. Примерные сроки возобновления занятий физическими упражнениями после перенесенных заболеваний.

Тема 2. Теоретико-методические особенности организации занятий по физической культуре с учащимися специальной медицинской группы (2 ч.)

Основные задачи физического воспитания учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе. Формы, содержание и методика проведения занятий по физической культуре с учащимися специальных медицинских групп. Основные периоды занятий по физической культуре в специальной медицинской группе и их задачи. Особенности структуры уроков по физической культуре в специальной медицинской группе. Требования к уроку физической культуры в специальной медицинской группе, построение урока, распределение физической нагрузки в течение урока.

Тема 3. Врачебно-педагогический контроль при проведении занятий по физическому воспитанию с учащимися специальной медицинской группы (2 ч.)

Понятие о врачебно-педагогическом контроле (ВПК). Задачи, содержание, основные методы ВПК. Врачебно-педагогические наблюдения непосредственно в процессе урока физической культуры. Хронометраж и физиологическая кривая урока физической культуры. Утомление, внешние признаки утомления, степень утомления. Проведение функциональных проб с учащимися специальной медицинской группы; оценивание физической подготовленности учащихся, отнесенных по состоянию здоровья в специальную медицинскую группу. Рекомендации по оценке физической подготовленности учащихся специальных медицинских групп.

Модуль 2. Методические рекомендации проведения физкультурных занятий со школьниками при различных заболеваниях (12 ч.)

Тема 4. Методические особенности применения средств физического воспитания при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (2 ч.)

Краткая характеристика основных заболеваний сердечно-сосудистой системы: гипертензия, гипотония, пороки сердца. Задачи физического воспитания для данной группы сердечно-сосудистых заболеваний. Принципы применения средств и форм физического воспитания в целях профилактики заболеваний системы кровообращения. Механизм лечебного действия физических упражнений при сердечно-сосудистой патологии. Особенности проведения занятий по физической культуре после заболеваний сердечно-сосудистой системы. Показания и противопоказания к выполнению конкретных физических упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

Тема 5. Методические особенности проведения занятий по физической культуре при заболеваниях органов дыхания (2 ч.)

Основные симптомы поражения дыхательного аппарата. Лечебно-восстановительное влияние физических упражнений на организм при заболеваниях органов дыхания. Применение различных форм физического воспитания при хроническом бронхите, пневмонии. Методические особенности проведения урока физкультуры при бронхиальной астме. Показания и противопоказания к выполнению конкретных физических упражнений при заболеваниях органов дыхания.

Тема 6. Методика занятий по физической культуре с учащимися, имеющими заболевания органов пищеварения и при нарушениях обмена веществ(2 ч.)

Краткая характеристика заболеваний органов пищеварения: гастриты, язвенная

Подготовлено в системе 1С:Университет (000012703)

болезнь желудка и 12-ти перстной кишки, колиты и др.

Патогенетическое и лечебное действие физических упражнений при заболеваниях органов пищеварения. Абсолютные и относительные противопоказания к занятиям физкультурой при данных заболеваниях. Методические особенности проведения занятий физкультуры при гастритах с повышенной и пониженной секреторной способностью, при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Отличительные особенности применения физических упражнений при гипермоторной и гипомоторной дискинезии желчных путей.

Ожирение различной степени и его причины. Методика проведения урока физической культуры для детей с ожирением различной степени.

Тема 7. Методика применения специальных упражнений для профилактики и лечения нарушений опорно-двигательного аппарата школьников (2 ч.)

Анатомо-физиологическая характеристика правильной осанки. Основные виды дефектов осанки и их формирование при нарушении правильного сочетания и выраженности физиологических изгибов позвоночного столба. Классификация сколиозов по патогенетическому, морфологическому признакам. Характеристика продольного и поперечного плоскостопия. Особенности применения физических упражнений для коррекции дефектов осанки. Организация и методика занятий с детьми со сколиозами на уроках физкультуры. Показания и противопоказания к конкретным физическим упражнениям при нарушении осанки. Методика проведения урока физической культуры при плоскостопии в зависимости от его степени.

Тема 8. Методика применения специальных упражнений при нарушениях зрения (2 ч.)

Краткая характеристика нарушения зрения: близорукость (миопия), дальнозоркость (гиперметропия). Причины, вызывающие нарушения зрения у современных школьников. Механизм аккомодации. Методические особенности проведения занятий по физической культуре с учащимися, имеющими заболевания органов зрения. Показания и противопоказания к занятиям конкретными физическими упражнениями при миопии высокой степени.

Тема 9. Методические особенности проведения занятий по физической культуре при функциональных нарушениях нервной системы (2 ч.)

Краткая характеристика функциональных нарушений нервной системы (неврастения, истерия, психостения) и причины их вызывающие. Влияние физических упражнений на нервную систему. Механизмы воздействия лечебной физической культуры при заболеваниях нервной системы. Особенности проведения занятий по физической культуре при заболеваниях центральной и периферической нервной системы. Комплексы упражнений при заболеваниях нервной системы.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Первый семестр (54 ч.)

Модуль 1. Методическое обеспечение занятий по физической культуре школьников специальных медицинских групп (27 ч.)

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

1. Выделить основные критерии, которые учитываются при исследовании состояния здоровья детей и являются основополагающими при делении детей на группы здоровья.

2. Перечислить факторы, которые учитываются при распределении детей на группы здоровья. Охарактеризовать группы здоровья детей в структуре комплексной оценки состояния здоровья.

3. Охарактеризовать медицинские группы для занятий физической культурой в

Подготовлено в системе 1С:Университет (000012703)

зависимости от состояния здоровья детей и подростков. Выделить основной критерий для включения обучающихся в ту или иную медицинскую группу.

4. Выделить основные задачи физического воспитания учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе.

5. Охарактеризовать основные периоды занятий по физической культуре с учащимися специальной медицинской группы, их цель и задачи.

6. Представить примерное содержание урока по физической культуре в подготовительный период с учащимися специальной медицинской группы.

7. Выделить методические особенности занятий по физической культуре в специальной медицинской группе.

8. Раскрыть суть дифференцированного подхода в работе с учащимися специальной медицинской группы.

9. Представить примерный план-конспект урока по физическому воспитанию для школьников специальной медицинской группы.

10. Привести рекомендуемые тесты, с помощью которых оценивают физическую подготовленность учащихся специальных медицинских групп.

11. Дать оценку физической подготовленности учащихся специальных групп с использованием двигательных тестов.

Вид СРС:* Подготовка к тестированию

Выполнить тест

В тестовых заданиях помеченных звездочкой (*), выбрать несколько ответов.

1. Какие медицинские группы выделяются у школьников в соответствии с состоянием здоровья на уроках физкультуры?

- 1) основная
- 2) подготовительная
- 3) специальная
- 4) перечисленные выше
- 5) смешанная, с элементами ЛФК

2. Укажите оптимальный прирост пульса в основной части урока по физической культуре по отношению к его исходной величине для детей специальной медицинской группы:

- 1) свыше 100%
- 2) 80-100 %
- 3) 50-60 %
- 4) 40-50 %
- 5) 30-40 %

3. Моторная плотность урока физической культуры для учащихся общеобразовательной школы, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, должна составлять:

- 1) 40-50 %,
- 2) 50-60 %,
- 3) 60-80 %,
- 4) 80-90 %,
- 5) 90-100 %.

4. Детям специальной медицинской группы по физической культуре разрешается:

- 1) заниматься физическими упражнениями, закаливанием без ограничений
- 2) заниматься всеми видами общественно полезного труда
- 3) заниматься физической культурой в одной из спортивных секций или кружке
- 4) участвовать в соревнованиях и туристических походах
- 5) ничего из перечисленного

5. Детям специальной медицинской группы противопоказаны:

Подготовлено в системе 1С:Университет (000012703)

1) утренняя гимнастика с ограничением нагрузки
2) трудовые процессы, не связанные с применением физической силы, пребыванием на солнце

3) массовые физкультурные мероприятия – подвижные игры и физкультурные развлечения – с ограничением

4) занятия в спортивных кружках и секциях, туристические походы и соревнования

5) все выше перечисленное

6. Выберите место для урока физкультуры в расписании занятий специальной медицинской группы

1) по усмотрению учителя

2) первым уроком в понедельник, вторым в среду

3) первым уроком в понедельник, третьим в пятницу

4) вторым уроком в среду и в четверг

5) пятым или шестым уроком между сменами

7. Какова продолжительность физкультурного занятия у детей специальной медицинской группы, подгруппы «А»?

1) 20 минут

2) 25 минут

3) 30 минут

4) 45 минут

5) с учетом утомляемости детей

8. Выберите оптимальный день недели для проведения первого физкультурного занятия

1) понедельник

2) вторник

3) среда, четверг

4) пятница, суббота

5) не зависит от дня недели

9. Во время контрольного посещения урока физкультуры специальной медицинской группы медсестра школы:

1) обращает внимание на соответствие плана урока требованиям программного материала и функциональным возможностям учащихся

2) контролирует моторную плотность урока, следит за правильностью распределения нагрузки по частям урока

3) контролирует степень утомляемости отдельных школьников и группы в целом

4) обращает внимание на правильность осанки и функцию дыхания, применение элементов корригирующей гимнастики

5) выполняет все вышеперечисленное

10. Вводная часть урока физкультуры учащихся специальной группы не преследует цели:

1) организации детей для занятий

2) мобилизации внимания

3) постепенного введения организма в работу

4) обучения новым видам упражнений

5) повышения функции дыхания и кровообращения

11. Какова длительность основной части урока физкультуры у детей специальной медицинской группы?

1) 15 минут

2) 20 минут

3) 25-30 минут

4) 40 минут

Подготовлено в системе 1С:Университет (000012703)

- 5) колеблется в зависимости от возраста учащихся
12. Сдвоенные уроки физкультуры у детей с ослабленным здоровьем допускаются:
- 1) в младших классах
 - 2) в старших классах
 - 3) при занятиях на свежем воздухе
 - 4) при организации занятий на лыжах
 - 5) не допускаются
13. Выберите критерий, который является второстепенным при распределении учащихся по медицинским группам для занятий физкультурой
- 1) состояние здоровья
 - 2) физическое развитие
 - 3) функциональная готовность организм
 - 4) уровень физической подготовленности
 - 5) желание ребенка
14. Что характеризует моторная плотность урока физкультуры?
- 1) показатель мощности выполняемой работы
 - 2) интенсивность нагрузки на уроке
 - 3) признаки утомляемости
 - 4) качество тренирующих воздействий
 - 5) все перечисленное
15. Внешние признаки умеренного утомления на уроке физкультуры включают:
- 1) небольшое покраснение кожи
 - 2) незначительную потливость
 - 3) учащенное ровное дыхание
 - 4) бодрое, четкое выполнение команд и заданий
 - 5) все вышеперечисленные признаки
16. Какой из признаков не характеризует среднюю степень утомляемости?
- 1) значительное покраснение кожи
 - 2) учащенное ровное дыхание
 - 3) большая потливость, особенно лица
 - 4) напряженное выражение лица
 - 5) нарушение координации движений
17. Оптимальная частота сердечных сокращений на уроке физкультуры у детей специальной медицинской группы составляет:
- 1) 100-120 уд./мин.
 - 2) 120-140 уд./мин.
 - 3) 150 уд./мин.
 - 4) 140-160 уд./мин.
 - 5) до 100 уд./мин. 1
18. Выделите условия занятий детей в специальной группе здоровья (подгруппа Б)
- 1) посещают дети с тяжелыми органическими, необратимыми изменениями органов и систем
 - 2) занятия проводит специалист-инструктор
 - 3) группа комплектуется по классам и возрастам по 10-15 человек
 - 4) занятия проводят во внеурочное время в детских поликлиниках, физкультурных диспансерах, медицинских кабинетах ДОСШ
 - 5) все условия в комплексе
- *19. Лечебное действие физических упражнений проявляется в виде
- 1) тонизирующего влияния
 - 2) трофического действия
 - 3) психотропного воздействия

4) формирования компенсаций

5) нормализации функций

20. К IV группе здоровья относят детей и подростков

1) с хроническими заболеваниями и врожденными пороками развития разной степени активности и компенсации, с сохраненными функциональными возможностями

2) здоровых, с нормальным развитием и нормальным уровнем функций

3) имеющих значительные отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера, но без выраженного нарушения самочувствия, со сниженными функциональными возможностями

21. К V группе здоровья относят детей и подростков

1) больных хроническими заболеваниями в состоянии декомпенсации, со значительно сниженными функциональными возможностями

2) здоровых, с нормальным развитием и нормальным уровнем функций

3) с хроническими заболеваниями и врожденными пороками развития разной степени активности и компенсации, с сохраненными функциональными возможностями

22. К II группе здоровья относят детей и подростков

1) имеющих значительные отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера, но без выраженного нарушения самочувствия, со сниженными функциональными возможностями

2) с хроническими заболеваниями и врожденными пороками развития разной степени активности и компенсации, с сохраненными функциональными возможностями

3) здоровых, но с факторами риска по возникновению патологии, функциональными и некоторыми морфологическими отклонениями, хроническими заболеваниями в стадии стойкой ремиссии не менее 3-5 лет, врожденными пороками развития, не осложненными заболеваниями одноименного органа или нарушением его функций, а также со сниженной сопротивляемостью к острым хроническим заболеваниям

23. Контроль за состоянием сердечно-сосудистой системы осуществляется по показателям

1) артериального давления

2) количества шагов

3) массы тела

4) частоты сердечных сокращений

5) глубины дыхания

24. Основным средством физического воспитания в специальных медицинских группах «А» являются

1) пассивные упражнения под контролем учителя по физической культуре

2) упражнения на тренажерах

3) дозированные физические упражнения

25. Наиболее оптимальная частота занятий по физической культуре в недельном режиме для специальных медицинских групп

1) 5 раз в неделю по 35-45 минут

2) 3 раза в неделю по 55-60 минут

3) 1 раз в неделю по 90 минут

*26. К абсолютным медицинским противопоказаниям к занятиям физической культурой относятся

1) активная фаза ревматизма, миокардит

2) миопия более 5 диоптрий

3) инфекционные заболевания в острой фазе

4) гипертония II–III степени, ретинопатия III степени

5) аневризма аорты

Модуль 2. Методические рекомендации проведения физкультурных занятий со

Подготовлено в системе 1С:Университет (000012703)

школьниками при различных заболеваниях (27 ч.)

Вид СРС: *Выполнение индивидуальных заданий

1. Привести рекомендации по подбору физических упражнений для учащихся специальной медицинской группы на занятии по физической культуре.

2. Привести примерное занятие физической культурой для детей с бронхолегочной патологией.

3. Привести примерный комплекс физических упражнений для профилактики и лечения плоскостопия.

4. Дать характеристику ЛФК как составной части физического воспитания учащихся с ослабленным здоровьем.

5. Привести примерные комплексы ЛФК, рекомендованные при различных отклонениях в состоянии здоровья учащихся (миопии, артериальной гипертензии и гипотонии, хронических гастритах с секреторной недостаточностью, нормальной и повышенной секрецией, нарушении осанки и др.).

Вид СРС: * Подготовка к тестированию

Выполнить тест

В тестовых заданиях помеченных звездочкой (*), выбрать несколько ответов.

1. Осанка – это...

- 1) пропорциональное соотношение всех частей тела
- 2) привычное положение тела непринужденно стоящего человека
- 3) соотношение длины туловища и ног человека

2. Нормально сформированный позвоночник имеет 4 физиологических изгиба, а именно

- 1) шейный и поясничный кифозы; грудной и крестцовокопчиковый лордозы
- 2) шейный и крестцово-копчиковый кифозы; грудной и поясничный лордозы
- 3) шейный и поясничный лордозы; грудной и крестцовокопчиковый кифозы

3. При выполнении упражнений на формирование правильной осанки, следует использовать

- 1) только статические упражнения
- 2) статические и динамические упражнения, упражнения на расслабление
- 3) упражнения на координацию и равновесие с элементами дыхательных упражнений
- 4) только упражнения с силовой направленностью
- 5) чередование статических, динамических упражнений с элементами дыхательной гимнастики, а также упражнения на расслабление, координацию и равновесие

4. Целью ЛФК при хронических гастритах с нормальной и повышенной секрецией является

- 1) повышение уровня физического развития
- 2) повышение реактивности сосудистой системы, тренировка вестибулярного аппарата, улучшение функциональной деятельности ЦНС
- 3) создание благоприятных условий для ликвидации воспалительных изменений и стимулирование репаративных процессов

5. Целью ЛФК при лордозе является

- 1) формирование правильной осанки
- 2) восстановление физиологических параметров поясничного отдела позвоночника
- 3) восстановление физиологических параметров грудного отдела позвоночника

6. Целью ЛФК при кифозе является

- 1) формирование правильной осанки
- 2) восстановление физиологических параметров поясничного отдела позвоночника
- 3) восстановление физиологических параметров грудного отдела позвоночника

При хронических заболеваниях легких и бронхов в ЛФК рекомендуется использовать

- 1) кратковременные нагрузки скоростно-силового характера

Подготовлено в системе 1С:Университет (000012703)

- 2) циклические упражнения на выносливость
 7. При хронических гастритах с повышенной кислотностью желудочного сока нормализации функции способствуют
 - 1) циклические упражнения в медленном темпе и продолжительные по времени
 - 2) ациклические упражнения
 - 3) аутотренинг
 8. При заболеваниях кишечника рекомендуются
 - 1) упражнения на выносливость
 - 2) упражнения для мышц брюшного пресса
 - 3) упражнения для мышц ног
 9. Лицам с заболеваниями сердечно-сосудистой системы противопоказаны упражнения
 - 1) с задержкой дыхания
 - 2) в положении лёжа
 - 3) на расслабление
 - 4) с натуживанием
 10. Лицам с заболеваниями органов пищеварения противопоказаны упражнения
 - 1) дыхание «животом»
 - 2) занятия в течение 1 часа после приёма пищи
 - 3) силовые упражнения для мышц брюшного пресса
 - 4) общеразвивающие упражнения в положении сидя
 11. Лицам с функциональными нарушениями осанки показаны упражнения
 - 1) на укрепление мышечного корсета
 - 2) упражнения с отягощениями стоя
 - 3) прыжки и подскоки с гантелями
 12. Вследствие неправильной осанки возникает
 - 1) недостаточность подвижности грудной клетки и диафрагмы
 - 2) снижение резистентности организма
 - 3) снижение рессорной функции позвоночника
 - 4) гипертрофия миокарда
 13. Средствами ЛФК являются
 - 1) упражнения на тренажёрах с отягощениями
 - 2) естественные факторы природы
 - 3) физические упражнения
 - 4) отдельные виды спорта
 - 5) особый двигательный режим
 - *14. Противопоказаниями к занятиям ЛФК являются
 - 1) кровотечение
 - 2) сахарный диабет
 - 3) высокая миопия
 - 4) острый период заболевания
 - 5) высокая температура
 - 6) ожирение 3 степени
 - *15. Основными задачами ЛФК при ожирении являются
 - 1) улучшение нервных регуляций
 - 2) повышение тонуса центральной нервной системы
 - 3) нормализация нарушенных функций
 - 4) адаптация организма к возрастающим физическим нагрузкам
 - 5) повышение тонуса и общей работоспособности организма
 - 6) улучшение функционального состояния сердечнососудистой и дыхательной систем
 16. Основными задачами ЛФК при миопии являются
- Подготовлено в системе 1С:Университет (000012703)

- 1) улучшение кровоснабжения тканей глаза
- 2) укрепление грудино-ключично-сосцевидной мышцы
- 3) общее укрепление организма
- 4) укрепление цилиарной мышцы

*17. При бронхиальной астме противопоказаны

1) дыхательные упражнения с удлиненным выдохом; упражнения с произношением различных звуков; диафрагмальное дыхание

- 2) упражнения с большими отягощениями
- 3) глубокие вдохи, способствующие распространению спазма
- 4) упражнения для мышц грудной клетки и мышц верхнего плечевого пояса

*18. При пороке сердца показаны:

1) упражнения для малых и средних мышечных групп с большим мышечным усилием, выполняемые в среднем темпе

- 2) упражнения небольшой интенсивности
- 3) упражнения с задержкой дыхания
- 4) упражнения, укрепляющие мышцы-разгибатели туловища

*19. При заболеваниях органов зрения показаны:

- 1) прыжковые упражнения
- 2) упражнения с высокой амплитудой
- 3) плавание
- 4) специальные упражнения, укрепляющие мышечно-связочный аппарат глаз, в частности аккомодационной мышцы

*20. При сколиозе показаны

- 1) выполнение большинства упражнений в изометрическом режиме
- 2) смешанные симметричные висы – стоя у гимнастической стенки или вис с согнутыми ногами, прижатыми к груди (упражнения, вытягивающие позвоночник)
- 3) частые висы на перекладине (на гимнастической стенке)
- 4) прыжковые упражнения
- 5) плавание кролем на груди

7. Тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

8. Оценочные средства для промежуточной аттестации

8.1. Компетенции и этапы формирования

Коды компетенций	Этапы формирования		
	Курс, семестр	Форма контроля	Модули (разделы) дисциплины
ОПК-2 ОПК-6	1 курс, Первый семестр	Зачет	Модуль 1: Методическое обеспечение занятий по физической культуре школьников специальных медицинских групп.
ОПК-6 ПК-7	1 курс, Первый семестр	Зачет	Модуль 2: Методические рекомендации проведения физкультурных занятий со школьниками при различных заболеваниях.

Сведения об иных дисциплинах, участвующих в формировании данных компетенций:

Компетенция ОПК-2 формируется в процессе изучения дисциплин:

Теория и методика физической культуры, Лечебная физическая культура и массаж, Психология физической культуры и спорта, Современное направление оздоровительных видов физической культуры, Валеологическое образование в процессе физического воспитания школьников, Основы физической реабилитации при заболеваниях нервной

Подготовлено в системе 1С:Университет (000012703)

системы у детей, Инновационные формы работы со школьниками на уроках физической культуры.

Компетенция ОПК-6 формируется в процессе изучения дисциплин:

Возрастная анатомия, физиология и основы валеологии, Лечебная физическая культура и массаж, Современное направление оздоровительных видов физической культуры, Валеологическое образование в процессе физического воспитания школьников, Основы ВНД и психического здоровья детей.

Компетенция ПК-7 формируется в процессе изучения дисциплин:

Медико-биологические особенности воздействия на организм человека негативных факторов среды, Здоровый образ жизни и его составляющие, Валеологическое образование в процессе физического воспитания школьников, Здоровье и безопасность человека.

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

В рамках изучаемой дисциплины студент демонстрирует уровни овладения компетенциями:

Повышенный уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины; творчески использует ресурсы (технологии, средства) для решения профессиональных задач; умеет осуществлять физическое воспитание школьников специальных медицинских групп, владеет методикой проведения уроков по физической культуре с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья в специальные медицинские группы; навыками решения практических задач.

Базовый уровень:

знает и понимает теоретическое содержание дисциплины; в достаточной степени сформированы умения применять на практике методики проведения уроков по физической культуре с учащимися специальных медицинских групп; умеет определять проблемы и потребности в конкретной области профессиональной деятельности.

Пороговый уровень:

понимает теоретическое содержание дисциплины; имеет представление о проблемах, связанных с обучением физической культуре учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья; знаком с терминологией, демонстрирует практические умения применения знаний в конкретных ситуациях профессиональной деятельности.

Уровень ниже порогового:

имеются пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, студент допускает принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий, не способен продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен (дифференцированный зачет)	Зачет	
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	не зачтено	Ниже 60%

Критерии оценки знаний студентов по дисциплине

Оценка	Показатели
Зачтено	Если студент показал полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, компетенций); его ответы на вопросы носят проблемный характер, при раскрытии особенностей развития тех или иных профессиональных идей, их описании используются материалы

	современных учебных пособий и первоисточников; при ответе используется терминология, соответствующая конкретному периоду развития теории и практики и четко формулируется определение, основанное на понимании контекста из появления данного термина в системе понятийного аппарата; ответы на вопрос имеют логически выстроенный характер, часто используются такие мыслительные операции, как сравнение, анализ и обобщение; ярко выражена личная точка зрения слушателя, при обязательном владении фактическим и проблемным материалом, полученным на лекционных, практических, семинарских и в результате самостоятельной работы.
Не зачтено	Если студент не показал освоение планируемых результатов (знаний, умений, компетенций); при ответе обнаруживается отсутствие владением материалом в объеме изучаемой дополнительной профессиональной программы; при раскрытии особенностей развития тех или иных профессиональных идей не используются материалы современных источников; представление профессиональной деятельности не рассматривается в контексте собственного профессионального опыта, практики его организации; при ответе на вопросы не дается трактовка основных понятий, при их употреблении не указывается авторство; ответы на вопросы не имеют логически выстроенного характера, не используются такие мыслительные операции, как сравнение, анализ и обобщение.

8.3. Вопросы, задания текущего контроля

Модуль 1: Методическое обеспечение занятий по физической культуре школьников специальных медицинских групп

ОПК-2 способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся

1. Сформулировать понятие «дети с ограниченными возможностями здоровья». Выделить основной критерий для включения обучающихся в ту или иную медицинскую группу.

2. Выделить основные критерии, которые учитываются при исследовании состояния здоровья детей.

3. Соотнести понятия: группа здоровья, медицинская группа, физкультурная группа.

4. Пояснить, в каких целях осуществляется определение медицинской группы для занятий физической культурой с учетом состояния здоровья детей и подростков.

5. Пояснить, с какой целью учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе разделяют на подгруппы А и Б, охарактеризовать эти подгруппы.

6. Пояснить, можно считать группу здоровья детей окончательным диагнозом, или она может меняться с возрастом ребенка?

7. Дать понятие группе – освобожденные от физической культуры после перенесенного заболевания. Назвать примерные сроки возобновления занятий физическими упражнениями после перенесенных заболеваний.

8. Объяснить, почему занятия по физической культуре с учащимися специальной медицинской группы нельзя сводить только к лечебной физической культуре.

9. Дать ответ на вопрос: «Могут ли обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья заниматься на уроках физической культуры с здоровыми детьми?»

10. Пояснить, в каких случаях возможен переход учащихся из подгруппы А специальной медицинской группы . в подготовительную группу?

Подготовлено в системе 1С:Университет (000012703)

11. Ответить на вопрос: «В чем разница в двигательных режимах для школьников подгруппы А и Б специальной медицинской группы?»

12. Назвать особенности проведения занятий с учащимися специальных медицинских групп.

13. Выделить особенности структуры урока физической культуры в специальной медицинской группе.

ОПК-6 готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся

1. Назвать отличие подготовительной группы для занятий физическими упражнениями от специальной медицинской группы. Привести конкретные рекомендации, что нельзя выполнять, какие нормативы запрещено сдавать и какие упражнения, наоборот, необходимо выполнять для поддержания здоровья обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

2. Раскрыть суть дифференцированного подхода в работе с учащимися специальных медицинских групп.

3. Пояснить: 1) какой вывод можно сделать на основании графика физиологической кривой урока физической культуры; 2) какой характер должна иметь физиологическая кривая на занятиях с учащимися специальной медицинской группы?

4. Привести примерное содержание урока по физической культуре в подготовительный период; сколько по времени занимают занятия подготовительного периода.

5. Пояснить, от чего зависит длительность основного периода занятий; какие общеразвивающие упражнения и виды легкой атлетики включаются в содержание уроков этого периода?

6. Дать ответ на вопрос: «Допустима ли небольшая степень утомления на занятиях физическими упражнениями с учащимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья?».

7. Ответить на вопрос: «По каким внешним признакам можно судить о развитии различных степеней утомления на занятиях с учащимися специальной медицинской группы?; какие выводы должен извлечь для себя педагог, что предпринять при наличии признаков утомления средней степени выраженности у отдельных учащихся?».

Модуль 2: Методические рекомендации проведения физкультурных занятий со школьниками при различных заболеваниях

ОПК-6 готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся

1. Сформулировать определение «осанка». Рассмотреть физиологические изгибы позвоночника, пояснить, почему их называют физиологическими? Рассмотреть нарушения осанки и причины их вызывающие.

2. Пояснить, развитию, каких, дегенеративных изменений, способствует неправильная осанка.

3. Назвать показания и противопоказания к конкретным физическим упражнениям при нарушении осанки, сколиозе, плоскостопии.

4. Назвать основные причины развития сердечно-сосудистой патологии у детей и подростков; физические упражнения, какого характера, оказывают благоприятное оздоровительное влияние на сердечно-сосудистую систему?

5. Выделить абсолютные противопоказания к выполнению физических упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

6. Пояснить: 1) что означает термин «миопия»? 2) что означает высокая степень миопии?

7. Перечислить физические упражнения, которые нельзя выполнять при высокой степени миопии и объяснить почему?

8. Пояснить: 1) какие упражнения противопоказаны при бронхиальной астме и почему? 2) упражнения, какого характера, оказывают благоприятное влияние при хронических заболеваниях органов дыхания?

Подготовлено в системе 1С:Университет (000012703)

9. Объяснить, почему при заболеваниях органов пищеварения горизонтальное положение туловища считается оптимальным исходным положением при выполнении упражнений?

10. Пояснить, почему школьникам с сахарным диабетом рекомендуется на занятия по физической культуре приносить сахар или конфеты?

11. Пояснить, нужно ли медицинское заключение для допуска к выполнению нормативов – испытаний (тестов) комплекса ГТО для обучающихся основной и подготовительной группы.

ПК-7 способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности

1. Подобрать примерный комплекс физических упражнений при высокой степени миопии.

2. Подобрать примерный комплекс физических упражнений для профилактики заболеваний органов дыхания у детей и подростков.

3. Подобрать примерный комплекс занятий физической культурой при ожирении.

4. Рассмотреть рекомендуемые виды оздоровительных физических упражнений, противопоказания и ограничения для занятий физическими упражнениями при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

5. Привести примеры расчета общей и моторной плотности урока физической культуры в специальной медицинской группе.

6. Изобразить графически и объяснить физиологическую кривую урока при правильном построении занятия с учащимися специальной медицинской группы.

7. Объяснить, почему так важно эстетическое оформление урока физической культуры и эмоциональный заряд учащихся специальной медицинской группы.

8. Охарактеризуйте механизмы сохранения здоровья обучающихся и влияния факторов окружающей среды на состояние их здоровья.

9. Рассмотрите способы организации учебно-воспитательного процесса с использованием здоровьесберегающих технологий.

10. Раскройте механизмы, методы организации внеурочной деятельности, направленной на формирование навыков сохранения здоровья и жизни обучающихся.

8.4. Вопросы промежуточной аттестации

Первый семестр (Зачет, ОПК-2, ОПК-6, ПК-7)

1. Дать определение «группа здоровья детей и подростков». Выделить основные критерии, которые учитываются при исследовании состояния здоровья детей и подростков.

2. Охарактеризовать группы здоровья детей и подростков.

3. Сформулировать определения «медицинская группа» и «физкультурная группа».

4. Назвать правила определения медицинских групп для занятий несовершеннолетними физической культурой.

5. Охарактеризовать медицинские группы для занятий физической культурой в зависимости от состояния здоровья детей.

6. Выделить отличия между специальной медицинской группой А и Б.

7. Назвать основные задачи физического воспитания учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе.

8. Дать определение понятию «группа – освобождения от занятий физической культурой после перенесенного заболевания». Назвать примерные сроки возобновления занятий физическими упражнениями после перенесенных заболеваний.

9. Охарактеризовать формы и содержание занятий по физической культуре специальных медицинских групп.

10. Обозначить основные требования к уроку по физической культуре с учащимися специальных медицинских групп.

11. Рассмотреть организационно-методические особенности построения урока физической культуры с учащимися специальных медицинских групп.

12. Раскрыть суть дифференцированного подхода в работе с учащимися специальных медицинских групп

13. Раскрыть структуру урока по физической культуре с учащимися специальных медицинских групп.

14. Перечислить абсолютные противопоказания к выполнению физических упражнений при допуске обучающихся к занятиям по физической культуре.

15. Пояснить, каким образом осуществляется оценивание и итоговая аттестация по физической культуре учащихся специальной медицинской группы «А».

16. Пояснить, каким образом осуществляется оценивание и итоговая аттестация по физической культуре учащихся специальной медицинской группы «Б».

17. Предложить примерное содержание урока по физической культуре в подготовительный период.

18. Рассмотреть особенности методики занятий по физической культуре в специальной медицинской группе с нарушениями зрения.

19. Рассмотреть особенности методики занятий по физической культуре в специальной медицинской группе с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

20. Рассмотреть особенности методики занятий по физической культуре в специальной медицинской группе с различными заболеваниями сердечно-сосудистой системы.

21. Рассмотреть особенности методики занятий по физической культуре в специальной медицинской группе с заболеваниями органов пищеварения.

22. Рассмотреть особенности методики занятий по физической культуре в специальной медицинской группе с заболеваниями органов дыхания.

23. Предложить примерный комплекс общеразвивающих упражнений для учащихся специальных медицинских групп.

24. Предложить примерный комплекс упражнений для укрепления мышечного корсета (мышц спины, брюшного пресса).

25. Рассмотреть особенности занятий физическими упражнениями детей и подростков, имеющих нарушения обмена веществ (ожирение).

26. Охарактеризуйте механизмы сохранения здоровья обучающихся и влияния факторов окружающей среды на состояние их здоровья.

27. Рассмотрите способы организации учебно-воспитательного процесса с использованием здоровьесберегающих технологий.

28. Раскройте механизмы, методы организации внеурочной деятельности, направленной на формирование навыков сохранения здоровья и жизни обучающихся.

8.5. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация проводится в форме (выбрать форму в соответствии с учебным планом) экзамена и (или) зачета, (защиты курсовых работ, отчетов по практике).

Зачет служит формой проверки усвоения учебного материала практических и семинарских занятий, готовности к практической деятельности, успешного выполнения студентами лабораторных и курсовых работ, производственной и учебной практик и выполнения в процессе этих практик всех учебных поручений в соответствии с утвержденной программой.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Собеседование (устный ответ) на зачете

Подготовлено в системе 1С:Университет (000012703)

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видоизмененное задание;
- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы

по изучаемой проблеме;

- умение обосновывать принятые решения;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

Устный ответ на зачете

При определении уровня достижений студентов на экзамене необходимо обращать особое внимание на следующее:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;
- знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;
- теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

Тесты

При определении уровня достижений студентов с помощью тестового контроля необходимо обращать особое внимание на следующее:

- оценивается полностью правильный ответ;
- преподавателем должна быть определена максимальная оценка за тест, включающий определенное количество вопросов;
- преподавателем может быть определена максимальная оценка за один вопрос теста;
- по вопросам, предусматривающим множественный выбор правильных ответов, оценка определяется исходя из максимальной оценки за один вопрос теста.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Бокач, В. М. Методика проведения занятий физической культурой со студентами специальных медицинских групп : учебное пособие / В. М. Бокач – Йошкар-Ола : Поволжский государственный технологический университет, 2018. – 80 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494284>. – ISBN 978-5-8158-1994-8. – Текст : электронный.

2. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культурой : учебник / С. П. Евсеев. – М. : Спорт, 2016. – 616 с. [Электронный ресурс, Университетская библиотека online, доступ с сайта : <http://www.biblioclub.ru>].

3. Мухина, М. П. Физкультурное образование школьников : учебное пособие / М. П. Мухина. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 399 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429366>. – Текст : электронный.

Дополнительная литература

1. Куценко, И. П. Организация и методика самостоятельных занятий студентов в условиях специальной медицинской группы : метод. рекомендации для специалистов физической культуры и студентов. / И. П. Куценко. – Омск : СиБАДИ, 2012. – 38 с. [Электронный ресурс, Университетская библиотека online, доступ с сайта : <http://www.biblioclub.ru>].

2. Медведева, Л. Е. Организация и методика проведения занятий в специальных медицинских группах : учебное пособие / Л. Е. Медведева. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2006. – 116 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274686> – Текст : электронный.

3. Физическая культура для студентов, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе : учебно-методическое пособие [Электронный ресурс] / В.К. Кулешов, Е.Ю. Вавилина, Е.Л. Чеснова, Т.М. Нигровская. – М. : Директ-Медиа, 2013. – 70 с. – Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210948>.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://drvaha.piczo.com>. – Лечебная гимнастика
2. <http://medistochnik.ru> – Лечебная физкультура и массаж
3. <http://medprom.ru> – Медицинские средства восстановления работоспособности
4. <http://www.sci-rus.com/rehabilitation> – ЛФК и массаж при реабилитации травм

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче зачета.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- выпишите в тетрадь основные категории и персоналии по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к зачету;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на лабораторном занятии;
- выучите определения терминов, относящихся к теме;
- продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
- подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
- продумывайте высказывания по темам, предложенным к лабораторному занятию.

Рекомендации по работе с литературой:

- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
- составьте собственные аннотации к другим источникам на карточках, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к зачету;

Подготовлено в системе 1С:Университет (000012703)

– выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам - электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

12.1 Перечень программного обеспечения

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. 1С: Университет ПРОФ

12.2 Перечень информационных справочных систем

1. Справочная правовая система «Консультант Плюс» (<http://www.consultant.ru>)
2. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)
2. Научная педагогическая электронная библиотека
3. ЭБС «Университетская библиотека Онлайн»
4. ЭБС «Юрайт»
5. ЭБС издательство «Лань»
6. Электронная библиотека МГПИ (МегоПро)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (105).

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Наборы демонстрационного оборудования: автоматизированное рабочее место в составе: системный блок, монитор, фильтр, мышь, клавиатура.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Универсальный спортивный зал.

Основное оборудование:

Мячи волейбольные, мячи футзальные, мячи для мини-футбола, мячи футбольные, мячи баскетбольные, мячи гандбольные "Winner", сетка волейбольная KV, стойка волейбольная, антенны волейбольные, карманы для антенн волейбольные, сетка баскетбольная, стойки для прыжков в высоту, планка для прыжков в высоту, стойка для прыжков в высоту с планкой, ядро для толкания 3,5 (жен), ядро для толкания 5,5 (муж), конусы разделительные.

Стадион с твердым покрытием.

Основное оборудование:

Легкоатлетическое ядро (беговые дорожки, сектора для прыжков в длину, высоту, толкания ядра, яма «стипль-чез»), открытая баскетбольная площадка, открытая волейбольная площадка, футбольное поле стадиона, хоккейный корт, площадка для игры в мини-футбол, теннисный корт, площадка «Воркаут», площадка уличных тренажеров, скалодром, военизированная полоса препятствий, учебно-тренировочная пожарная вышка.

Помещение для самостоятельной работы (101)

Читальный зал

Помещение укомплектовано оборудованием и техническими средствами обучения

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (компьютер 10 шт., проектор с экраном 1 шт., многофункциональное устройство 1 шт., принтер 1 шт.)

Учебно-наглядные пособия:

Учебники и учебно-методические пособия, периодические издания, справочная литература

Стенды с тематическими выставками

Помещения для самостоятельной работы (111).

Помещение укомплектовано оборудованием и техническими средствами обучения

Основное оборудование:

Автоматизированное рабочее место в составе (персональный компьютер, многофункциональное устройство, принтер) с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (4 шт.).