

Аннотация рабочей программы
дисциплины ОП.09 ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ
по специальности 49.02.01 Физическая культура
уровень подготовки – углубленный

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.09 ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ разработана на основе ФГОС СПО. Программа включает в себя: паспорт рабочей программы (место учебной дисциплины в структуре ППССЗ, цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины); структуру и содержание учебной дисциплины (объем учебной дисциплины и виды учебной работы, тематический план и содержание учебной дисциплины); условия реализации дисциплины (требования к минимальному материально-техническому обеспечению, информационное обеспечение обучения, перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, основной и дополнительной литературы); контроль и оценку результатов освоения дисциплины.

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.09 Основы биомеханики является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППССЗ

Дисциплина входит в общий профессиональный цикл ОП.09 Основы Биомеханики

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

В результате изучения учебной дисциплины Основы биомеханики обучающийся должен **знать/понимать**:

- основы кинематики и динамики движений человека;
- биомеханические характеристики двигательного аппарата человека;
- биомеханику физических качеств человека;
- половозрастные особенности моторики человека;
- биомеханические основы физических упражнений.

В результате изучения учебной дисциплины Основы биомеханики обучающийся должен **уметь**:

- применять знания по биомеханике в профессиональной деятельности;
- проводить биомеханический анализ двигательных действий.

Формируемые компетенции:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь решать прикладные задачи в области профессиональной деятельности, обладать общими компетенциями учителя физической культуры, включающими в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнёрами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.

Учащийся должен обладать профессиональными компетенциями, включающими в себя способность преподавать физическую культуру по основным общеобразовательным программам:

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.

ПК 1.4. Анализировать учебные занятия.

ПК 1.5. Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре.

ПК 1.6 Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7 Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8 Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

Организация и проведение внеурочной работы и занятий по дополнительным образовательным программам в области физической культуры.

ПК 2.1. Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.2. Проводить внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.3. Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.

ПК 2.5. Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.

ПК 2.6. Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 3.1. Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учётом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.

1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 84 час., в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 56 час.;
- самостоятельная работа обучающегося 28 часов.

1.5 Тематический план учебной дисциплины:

Освоение дисциплины предполагает изучение следующих тем:

Наименование разделов и тем	Количество аудиторных часов			Самостоятельная работа студента (час)
	Всего	Теоретическое обучение	Практические и лабораторные занятия	
Раздел 1. Биомеханика человека	14	6	4	-
Тема 1.1 Биомеханика как наука и учебная дисциплина Топография тела человека	4	4		-
Тема 1.2. Строение биомеханической системы Общие данные о теле человека	4	2	2	
Раздел 2. Кинематика. Динамика	6	2	2	2
Тема 2.1 Кинематика	4	2		2
Тема 2.2 Динамика движения материальной точки.	4	2		2
Тема 2.3 Динамика поступательного движения тела.	4	2		2
Раздел 4. Виды сил в природе	30	10	10	10
Тема 4.1 Виды сил в природе	2	2	2	2
Тема 4.2 Динамика вращательного движения твёрдого тела	2	2	2	2
Тема 4.3 Неинерциальные системы отсчёта	2	2	2	2
Тема 4.4 Законы сохранения энергии	2	2	2	2
Тема 4.5 Механические колебания.	2	2	2	4
Раздел 5. Воздействие физических факторов на человека.	10	10	10	10
Тема 5.1 Биомеханические прыжка в длину с разбега, толкания ядра	2	2	2	2
Тема 5.2 Биомеханика двигательного аппарата, двигательных качеств, локомоций (движений) человека	2	2	2	2
Тема 5.3 Возрастная биомеханика	2	2	2	2
Тема 5.4 Биомеханический контроль, клинический анализ движений (локомоций).	2	2	2	2
Тема 5.5 Контроль в биомеханике.	2	2	2	2
Всего по дисциплине	84	32	24	28

1.6. Вид промежуточной аттестации-экзамен

1.7 Основная литература

1. Баранцев, С.А. Возрастная биомеханика основных видов движений школьников [Электронный ресурс] : монография / С.А. Баранцев. — Электрон. дан. — Москва : Советский спорт, 2014. — 304 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/51773>.

Составитель: преподаватель Л.А. Архипова