

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное учреждение
высшего профессионального образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Институт фундаментальной медицины и биологии



УТВЕРЖДАЮ

Проректор
по образовательной деятельности КФУ
Проф. Таюрский Д.А.

_____ 20__ г.

Программа дисциплины

Наука о двигательной деятельности Б1.В.ДВ.7

Направление подготовки: 49.04.01 - Физическая культура

Профиль подготовки: Физическая культура в высшей школе

Квалификация выпускника: магистр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Автор(ы):

Абзалов Р.Р.

Рецензент(ы):

Абзалов Н.И.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий(ая) кафедрой: Абзалов Н. И.

Протокол заседания кафедры No ____ от " ____ " _____ 201__ г

Учебно-методическая комиссия Института фундаментальной медицины и биологии:

Протокол заседания УМК No ____ от " ____ " _____ 201__ г

Регистрационный No

Казань
2016

Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) доцент, к.н. Абзалов Р.Р. кафедра теории и методики физической культуры и спорта Отделение физической культуры , 2902207@mail.ru

1. Цели освоения дисциплины

Овладение профессионально-педагогическими навыками в обосновании спортивной техники и вспомогательных упражнений, как во время практических занятий, так и в научных исследованиях.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел " Б1.В.ДВ.7 Дисциплины (модули)" основной образовательной программы 49.04.01 Физическая культура и относится к дисциплинам по выбору. Осваивается на 1 курсе, 2 семестр.

В результате прохождения курса , выпускники должны научиться разбираться в сложности двигательных актов человека и уяснить, что они зависят от множества факторов и непрерывно изменяются в процессе обучения и тренировки.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОК-3 (общекультурные компетенции)	способностью к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала
ОК-3 (общекультурные компетенции)	способностью к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала
ОПК-3 (профессиональные компетенции)	способностью творчески решать многообразие современных научных проблем и практических задач в сфере физической культуры и спорта на основе развития теоретико-методологического мышления
ОПК-3 (профессиональные компетенции)	способностью творчески решать многообразие современных научных проблем и практических задач в сфере физической культуры и спорта на основе развития теоретико-методологического мышления
ОПК-4 (профессиональные компетенции)	способностью осуществлять проектирование образовательной, тренировочной, рекреационной, научно-исследовательской, организационно-управленческой и культурно-просветительской деятельности
ОПК-4 (профессиональные компетенции)	способностью осуществлять проектирование образовательной, тренировочной, рекреационной, научно-исследовательской, организационно-управленческой и культурно-просветительской деятельности
ОПК-5 (профессиональные компетенции)	способностью применять современные и инновационные научно - исследовательские технологии в ходе решения исследовательских задач, в том числе из смежных областей науки

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОПК-5 (профессиональные компетенции)	способностью применять современные и инновационные научно - исследовательские технологии в ходе решения исследовательских задач, в том числе из смежных областей науки
ПК-13 (профессиональные компетенции)	способностью прогнозировать запросы и потребности участников рекреационной деятельности для обеспечения эффективного применения оздоровительных технологий
ПК-13 (профессиональные компетенции)	способностью прогнозировать запросы и потребности участников рекреационной деятельности для обеспечения эффективного применения оздоровительных технологий
ПК-25 (профессиональные компетенции)	способностью использовать традиционные и современные научные концепции, подходы и направления исследований в сфере физической культуры
ПК-25 (профессиональные компетенции)	способностью использовать традиционные и современные научные концепции, подходы и направления исследований в сфере физической культуры
ПК-27 (профессиональные компетенции)	способностью выявлять и анализировать актуальные научные и практические проблемы физкультурно-спортивной деятельности
ПК-29 (профессиональные компетенции)	способностью направлять все виды своей профессиональной деятельности на пропаганду здорового образа жизни различных групп населения, на формирование физической культуры личности, как комплексной, целенаправленной системы на основе междисциплинарного подхода
ПК-31 (профессиональные компетенции)	способностью к взаимодействию с различными структурами (субъектами, учреждениями, ведомствами) в процессе осуществления культурно-просветительской деятельности по пропаганде и формированию здорового образа жизни различных слоев населения
ПК-32 (профессиональные компетенции)	способностью выполнять научные исследования и использовать их результаты в целях повышения эффективности культурно-просветительской деятельности в сфере физической культуры

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

Анатомическое строение и функции органов и систем организма человека, закономерности психического, физического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды

Психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических качеств и двигательных умений занимающихся

Методы медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся

Истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в детско-юношеском спорте и у спортсменов массовых разрядов в избранном виде спорта

2. должен уметь:

Использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для воспитания патриотизма и любви к отечеству, стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях

Определять способности и уровень готовности личности включиться в соответствующую физкультурно-спортивную деятельность

Определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки, двигательной рекреации и реабилитации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья, физического совершенствования

Планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления, реабилитации и рекреации занимающихся

Использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья, подбирать средства и методы, адекватные поставленным задачам

Определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития

3. должен владеть:

Умениями и навыками психофизического самосовершенствования на основе научного представления о здоровом образе жизни

Способами нормирования и контроля тренировочных и соревновательных нагрузок в избранном виде спорта

Навыками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и современной компьютерной техники

Использовать основные законы естественнонаучных дисциплин в профессиональной деятельности, применяет методы теоретического и экспериментального исследования в профессиональной деятельности

Уметь оценивать физические способности и функциональное состояние учащихся, адекватно выбирать средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния занимающихся с учетом их индивидуальных особенностей

4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы) 72 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины зачет во 2 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

- 86 баллов и более - "отлично" (отл.);
 71-85 баллов - "хорошо" (хор.);
 55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);
 54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю

Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Предмет, цель, задачи двигательной активности.	2		1	2	0	дискуссия
2.	Тема 2. Двигательный аппарат человека	2		1	2	0	коллоквиум
3.	Тема 3. Основные закономерности работы мышечного аппарата тела человека	2		1	2	0	контрольная работа
4.	Тема 4. Двигательные качества человека, факторы, определяющие проявление двигательных качеств и требования к их воспитанию	2		1	4	0	творческое задание
	Тема . Итоговая форма контроля	2		0	0	0	зачет
	Итого			4	10	0	

4.2 Содержание дисциплины

Тема 1. Предмет, цель, задачи двигательной активности.

лекционное занятие (1 часа(ов)):

Общая характеристика двигательной активности как учебной и научной дисциплины. Формы движения материи. Естественные и целенаправленные движения. Взаимосвязь с другими учебными дисциплинами.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Предмет как наука о двигательной деятельности человека. Общая и частные задачи изучения движений.

Тема 2. Двигательный аппарат человека

лекционное занятие (1 часа(ов)):

Двигательный аппарат как машина. Трехзвенная модель опорно-двигательного аппарата тела человека.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Механическое, функционально-анатомическое и физиологическое направления развития биомеханики. Временные характеристики: момент времени, длительность движения, темп и ритм движения.

Тема 3. Основные закономерности работы мышечного аппарата тела человека

лекционное занятие (1 часа(ов)):

Двигательный аппарат Инерционность процесса мышечного напряжения. Зависимость сила - суставной угол. Зависимость сила-скорость. Факторы, определяющие величину проявления мышечной силы.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Двигательное действие как система движений. Связь между скоростными и силовыми качествами.

Тема 4. Двигательные качества человека, факторы, определяющие проявление двигательных качеств и требования к их воспитанию

лекционное занятие (1 часа(ов)):

Основные двигательные качества спортсменов (сила, быстрота, выносливость, гибкость)? Факторы, определяющие проявление двигательных качеств (анатомо-физиологические, режимы работы мышц, ЦНС)? Биомеханические условия развития двигательных качеств (зависимость ?сила-скорость, учет углов в суставах, биомеханические особенности развития выносливости, гибкости)?

практическое занятие (4 часа(ов)):

Силовые характеристики: сила и момент силы, импульс силы. Мощность. Работа и энергия мышечного сокращения.

4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. Предмет, цель, задачи двигательной активности.	2		подготовка к дискуссии	12	дискуссия
2.	Тема 2. Двигательный аппарат человека	2		подготовка к коллоквиуму	12	коллоквиум
3.	Тема 3. Основные закономерности работы мышечного аппарата тела человека	2		подготовка к контрольной работе	12	контрольная работа
4.	Тема 4. Двигательные качества человека, факторы, определяющие проявление двигательных качеств и требования к их воспитанию	2		подготовка к творческому заданию	22	творческое задание
	Итого				58	

5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

Приводится характеристика всех видов и форм самостоятельной работы студентов, включая текущую и творческую исследовательскую деятельность студентов:

Текущая самостоятельная работа студентов включает в себя:

1. Работу с лекционным материалом. Поиск и анализ информации по индивидуально заданной теме курса.
2. Изучение тем, вынесенных на самостоятельную проработку.
3. Подготовку к семинарским занятиям.
4. Подготовка к текущему контролю и зачету.

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Тема 1. Предмет, цель, задачи двигательной активности.

дискуссия , примерные вопросы:

Повторить материал, изученный во время занятий. Изучить дидактические единицы, указанные в содержании темы "Предмет, цель, задачи двигательной активности".

Тема 2. Двигательный аппарат человека

коллоквиум , примерные вопросы:

Подготовить ответы на вопросы, связанные с дидактическими единицами, по теме "Двигательный аппарат человека"

Тема 3. Основные закономерности работы мышечного аппарата тела человека

контрольная работа , примерные вопросы:

Повторить материал, изученный во время аудиторных занятий. Изучить дидактические единицы, указанные в содержании темы "Основные закономерности работы мышечного аппарата тела человека"

Тема 4. Двигательные качества человека, факторы, определяющие проявление двигательных качеств и требования к их воспитанию

творческое задание , примерные вопросы:

Использовать творческий потенциал для решения задач в области теории и практики спортивного туризма, в частности, в соответствии с дидактическими единицами темы "Двигательные качества человека, факторы, определяющие проявление двигательных качеств и требования к их воспитанию".

Тема . Итоговая форма контроля

Примерные вопросы к зачету:

1. Предмет как наука о двигательной деятельности человека.
2. Общая и частные задачи изучения движений.
3. Механическое, функционально-анатомическое и физиологическое направления развития биомеханики.
4. Временные характеристики: момент времени, длительность движения, темп и ритм движения.
5. Двигательное действие как система движений.
6. Связь между скоростными и силовыми качествами.
7. Силовые характеристики: сила и момент силы, импульс силы.
8. Мощность. Работа и энергия мышечного сокращения.
9. Двигательные действия как система движений (состав системы, пространственные и временные элементы).
10. Самоуправляемые системы (понятие об управлении, построение самоуправления движения).
11. Механизм отталкивания от опоры и действие сил.

12. Действие сил в перемещающихся движениях.
13. Системы срочной информации и их использование в совершенствовании двигательных качеств.
14. Электронная аппаратура для исследований.

7.1. Основная литература:

Физическая культура в начальной школе, Абзалов, Р.А., 2004г.

Насосная функция сердца развивающегося организма и двигательный режим, Абзалов, Ринат Абзалович, 2005г.

Физическая культура, Абзалов, Р. А., 2005г.

1. Безбородова, М. А. Развитие психомоторных способностей младших школьников в учебной деятельности [Электронный ресурс] : монография / М. А. Безбородова. - М. : ФЛИНТА, 2012. - 208 с. - ISBN 978-5-9765-1252-8 <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=453959>

2. Варфоломеева, З. С. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре [Электронный ресурс] : учеб. пособие / З. С. Варфоломеева, В. Ф. Воробьев, Н. И. Сапожников, С. Е. Шивринская; под общ. ред. С. И. Изаак. -3-е изд., испр. и доп. - М: ФЛИНТА: Наука, 2012. - 131 с. - ISBN 978-5-9765-1528-4 <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=454965>

3. Столяренко, А. М. Физиология высшей нервной деятельности для психологов и педагогов [Электронный ресурс] : учебник для студентов вузов, обучающихся по гуманитарно-социальным специальностям / А. М. Столяренко. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. - 463 с. - ISBN 978-5-238-01540-8. <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=395428>

4. Ворожбитова, А. Л. Гендер в спортивной деятельности [Электронный ресурс] : Уч. пособ. / А. Л. Ворожбитова. - Флинта : Наука, 2010. - 216 с. - ISBN 978-5-9765-1031-9 (Флинта), ISBN 978-5-02-037342-6 (Наука). <http://znanium.com/catalog.php?item=booksearch&code>

7.2. Дополнительная литература:

Физическая культура в начальной школе, Абзалов, Р.А., 2004г.

Физическая культура и спорт : методология, теория, практика, Барчуков, Игорь Сергеевич;Нестеров, А.А.;Маликов, Н.Н., 2006г.

Физическая культура, Евсеев, Юрий Иванович, 2005г.

1. Абзалов Р.А., Абзалов Н.И., Теория и методика физической культуры и спорта: Учебное пособие.-Казань, изд-во "Вест-фалика",-2013. - 202 с.

2. Абзалов Р.А., Абзалов Н.И., Абзалов Р.Р., Рябышева С.С., Набиуллин Р.Р. Теория и методика физической культуры и спорта. (Методические рекомендации).Казань: изд-во "Вест-фалика".-2012. - 46 с.

3. Абзалов Р.А., Абзалов Н.И., Хурамшин И.Г., Набиуллин Р.Р., Русаков А.А., Рябышева С.С. Проблемы спортизации учебного предмета "Физическая культура" в общеобразовательном учреждении (статья). Журнал "Физическая культура: воспитание, образование, тренировка" - ♦4.-2012.-С.2-5

4. Абзалов Н.И., Рябышева С.С., Ахмадуллин Н.Р. Система формирования экологической культуры младших школьников средствами физической культуры: содержание, диагностика (Учебно-методическое пособие).Казань: изд-во "Деловая полиграфия".-2012. - 96 с.

5. Валеев А.М., Абзалов Н.И., Абзалов Р.А., Нигматуллина Р.Р., Абзалов Р.Р., Никитин А.С. Влияние агониста 5-НТ2 рецепторов на насосную функцию сердца тренированных крысят, родившихся от тренированных самок. Журнал "Бюллетень экспериментальной биологии и медицины". Том 153, ♦ 3 Март, 2012.- С.192-195 (Scopus, WebofScience, РИНЦ).

7.3. Интернет-ресурсы:

Министерство образования и науки РФ - <http://old.mon.gov.ru/>

Министерство спорта Российской Федерации - <http://minstm.gov.ru/>

Научная электронная библиотека - <http://elibrary.ru>

ФГАОУ ВПО Казанский (Приволжский) федеральный университет - <http://www.ksu.ru>

Электронная библиотечная сеть - <http://www.knigafund.ru>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Освоение дисциплины "Наука о двигательной деятельности" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Мультимедийная аудитория, вместимостью более 60 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже Intel Core i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

Компьютерный класс, представляющий собой рабочее место преподавателя и не менее 15 рабочих мест студентов, включающих компьютерный стол, стул, персональный компьютер, лицензионное программное обеспечение. Каждый компьютер имеет широкополосный доступ в сеть Интернет. Все компьютеры подключены к корпоративной компьютерной сети КФУ и находятся в едином домене.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Лекционная аудитория с мультимедиапроектором, ноутбуком и экраном на штативе.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 49.04.01 "Физическая культура" и магистерской программе Физическая культура в высшей школе .

Автор(ы):

Абзалов Р.Р. _____

"__" _____ 201__ г.

Рецензент(ы):

Абзалов Н.И. _____

"__" _____ 201__ г.