МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»

Институт информационных технологий, математики и механики

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ Гергель В.П.

«_____»_____2017 г.

# Рабочая программа дисциплины

## «Элективный курс по физической культуре для лиц с отклонениями в состоянии здоровья»

Направление подготовки

**_02.03.01 Математика и компьютерные науки**

Направленность образовательной программы
Общий профиль

Квалификация (степень) выпускника
бакалавр

Форма обучения
очная

Нижний Новгород

2017

**1.Цель освоения дисциплины. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина «Элективный курс по физической культуре для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» элективный курс, относящийся к вариативной части ОПОП. Дисциплина обязательна для освоения студентами очной формы обучения в 1-4 семестрах.

**Целями освоения дисциплины являются**:

- формирование у студентов научно-практической позиции в отношении роли и значении физической культуры как акцента теоретико-методической подготовки студентов при сохранении их оптимальной двигательно-практической подготовки

- овладение теоретико-методологическими основами спортивной тренировки

- получение практических навыков применения различных методов для решения задач в соответствии с компетенцией.

2. **Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями выпускников)**

Подготовить студентов к изучению дисциплин цикла: «Элективный курс по физической культуре для лиц с отклонениями в состоянии здоровья». Сформировать у студента целостное представление о методике обучения и совершенствования в циклических видах спорта, ее историческом развитии. Дать основу для изучения многих спортивных дисциплин, о современных направлениях, проблемах и перспективах, теории обучения техническим приемам, развитию физических качеств, судейства соревнований, оборудования, используемое при подготовке спортсменов. Студенты знакомятся с правилами соревнований, профилактикой травматизма, основами многолетней тренировки, периодизацией, документами планирования и отчета. Это формирует у студентов понимание закономерностей методики обучения.

| **Формируемые компетенции** | **Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций** |
|---|---|
| *ОК-8*<br><br>способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности<br><br>базовый этап | *Знать* правила соревнований,<br>методику проведения и организации соревнований.<br>*Уметь* организовывать и проводить спортивные праздники, фестивали, состязания.<br>*Владеть* методикой судейства соревнований |

**3. Структура и содержание дисциплины «Элективный курс по физической культуре для лиц с отклонениями в состоянии здоровья»**

Объем дисциплины составляет 328 академических часов, из которых 231 час составляет контактная работа обучающегося с преподавателем (занятия практического типа), 97 часов составляет самостоятельная работа обучающегося.

Содержание дисциплины

| | **Всего** | В том числе |
|---|---|---|

| **Наименование и краткое содержание разделов и тем дисциплины, форма промежуточной аттестации по дисциплине** | **(часы)** | **Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы** из них | | | | | **Самостоятельная работа обучающегося, часы** |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | **Занятия лекционного типа** | **Занятия практического типа** | **Занятия лабораторного типа** | **Консультации** | **Всего** | |
| 1 семестр | | | | | | | |
| **1.** Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Самоконтроль во время занятий физической культурой | 13 | | 8 | | | 8 | 5 |
| **2. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по легкой атлетике. Обучение технике ходьбы и оздоровительного бега.**<br><br>Инструктаж по технике безопасности на занятиях по легкой атлетике. Медленный бег с ходьбой 1000-1500м, специальные беговые упражнения по 15-20 м.<br><br>Ходьба с переходом в бег на отрезках до 20-30м. Переменный бег до 100м (со скоростью 40-50% от максимальной) в сочетании с ходьбой. Комплекс упражнений ОФП. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление. | 13 | | 8 | | | 8 | 5 |
| **3. Обучение технике прыжковых упражнений.**<br><br>Медленный бег с ходьбой 1000-1500м, специальные беговые и прыжковые упражнения по 15-20 м. Ходьба с переходом в бег на отрезках до 40-50 м (скорость до 70% от максимальной). Прыжковые упражнения. Комплекс упражнений ОФП. Дыхательные упражнения и | 14 | | 8 | | | 8 | 6 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| упражнения на гибкость и расслабление. | | | | | | | |
| **4. Обучение технике ходьбы и оздоровительного бега.**<br><br>Медленный бег с ходьбой 1000-1500м, специальные беговые упражнения 20-30 м. Ходьба с переходом в бег на отрезках до 20-30м. Переменный бег до 100м (со скоростью 50% от максимальной) в сочетании с ходьбой. Комплекс прыжковых упражнений. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление | 14 | | 9 | | | 9 | 5 |
| **5. Обучение технике прыжковых упражнений.**<br><br>Медленный бег с ходьбой 1500-2000м, специальные беговые упражнения. Бег с высокого старта 20-30 м. «Веселые старты» с бегом, прыжками и преодолением препятствий. Комплекс прыжковых упражнений. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление | 14 | | 9 | | | 9 | 5 |
| **6. Тема. Выполнение контрольных нормативов.**<br><br>Тестирование - 6-ти минутный бег (с ходьбой), прыжок в длину с места | 14 | | 9 | | | 9 | 5 |
| **В т.ч. текущий контроль** | 2 | | | | | | |
| **Промежуточная аттестация: зачет** | | | | | | | |
| 2 семестр | | | | | | | |
| **7. Обучение технике ходьбы** | 13 | | 8 | | | 8 | 5 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **и оздоровительного бега.**<br><br>Медленный бег с ходьбой 1500-2000 м, специальные беговые и прыжковые упражнения до 30 м. Ходьба на отрезках до 20-30м. Бег на отрезках до 30 м. Медленный бег с ходьбой 1000 м. Комплекс упражнений ОФП. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление. | | | | | | | |
| **8. Инструктаж по технике безопасности на занятиях оздоровительной физической культурой. Коррекция отклонений физического развития.**<br><br>Техника безопасности на занятиях оздоровительной физической культурой. Знакомство с физиологией опорно-двигательного аппарата, методами самоконтроля ОДА (индекс Кетле, индекс крепости телосложения, динамометрия, вес, рост). Выполнение комплекса упражнений для формирования правильной осанки и укрепления мышечного «корсета». Составление комплекса утренней гигиенической гимнастики. | 13 | | 8 | | | 8 | 5 |
| **9. Коррекция отклонений физического развития.**<br><br>Повторение анатомии и физиологии позвоночного столба, типы нарушений осанки. Выполнение комплекса упражнений для формирования | 14 | | 8 | | | 8 | 6 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| правильной осанки и укрепления мышечного «корсета» с предметами. Подбор средств для самостоятельных занятий физическими упражнениями. | | | | | | | |
| **10. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по гимнастике. Обучение строевым упражнениям и перестроениям.**<br><br>Техника безопасности на занятиях по гимнастике. Строевые упражнения. Перестроения. Упражнения ОФП. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление. | 14 | | 8 | | | 8 | 6 |
| **11. Обучение строевым упражнениям и перестроениям.**<br><br>ОРУ в движении. Строевые упражнения и перестроения в движении. Выполнение гимнастических упражнения без отягощений и предметов в И.п лежа. Упражнения ОФП. | 14 | | 8 | | | 8 | 6 |
| **12. Обучение техники гимнастических упражнений с предметами.**<br><br>ОРУ на месте. Обучение технике гимнастических упражнения с палкой и скакалкой. Упражнения ОФП. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление. | 14 | | 8 | | | 8 | 6 |
| **В т.ч. текущий контроль** | 2 | | | | | | |
| **Промежуточная аттестация: зачет** | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3 семестр | | | | | | | |
| **13. Обучение техники гимнастических упражнений с предметами.**<br><br>ОРУ в движении. Строевые упражнения и перестроения в движении. Обучение технике гимнастических упражнения с обручем и скамьей. Упражнения ОФП. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление. | 9 | | 8 | | | 8 | 1 |
| **14. Обучение техники гимнастических упражнений с предметами.**<br><br>ОРУ в движении. Строевые упражнения и перестроения в движении. Обучение технике гимнастических упражнения с обручем и скамьей. Упражнения ОФП. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление. | 9 | | 8 | | | 8 | 1 |
| **15. Выполнение контрольных нормативов.**<br><br>ОРУ на месте. Строевые упражнения и перестроения в движении Выполнение контрольных упражнений - вис на перекладине, отжимание от пола, наклон туловища вперед | 10 | | 8 | | | 8 | 2 |
| **16. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по баскетболу. Обучение технике передач и ловли мяча.**<br><br>Инструктаж по технике безопасности на занятиях по баскетболу. Перемещение и | 10 | | 8 | | | 8 | 2 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| остановки игрока. Передача мяча на месте различными способами. Ловля мяча. Броски мяча с ближней дистанции. | | | | | | | |
| **17. Обучение технике передач и ловли мяча.**<br><br>Сочетание приемов передвижений остановок. Выполнение передачи мяча на месте различными способами. Передачи мяча в движении. Упражнения ОФП. | 10 | | 8 | | | 8 | 2 |
| **18. Обучение технике передач и ловли мяча.**<br><br>Выполнение передачи мяча на месте различными способами. Передачи мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления. Правила баскетбола. Игра по упрощенным правилам. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление. | 10 | | 8 | | | 8 | 2 |
| **19. Обучение технике броска мяча.**<br><br>Передачи мяча на месте и в движении. Бросок мяча с ближней и со средней дистанции. Правила баскетбола. Упражнения ОФП. | 12 | | 10 | | | 10 | 2 |
| **20. Обучение технике броска мяча.**<br><br>Ведение мяча. Бросок мяча с ближней и со средней дистанции. Передачи мяча в движении. Игра по упрощенным правилам. Дыхательные упражнения и упражнения на гибкость и расслабление | 12 | | 10 | | | 10 | 2 |
| **В т.ч. текущий контроль** | 2 | | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Промежуточная аттестация: зачет** | | | | | | | |
| 4 семестр | | | | | | | |
| **21. Выполнение контрольных нормативов.**<br><br>Выполнение контрольных нормативов: бросок из-под щита, ведение мяча, передача мяча. | 16 | | 10 | | | 10 | 6 |
| **22. Инструктаж по технике безопасности на занятиях оздоровительной физической культурой. Коррекция отклонений физического развития.**<br><br>Техника безопасности на занятиях оздоровительной физической культурой. Строение позвоночника при сутулой, плоской спине. Физические упражнения для коррекции сутулой и плоской спине. Ознакомить с теоретическими основами комплекса «5 тибетцев».<br><br>Контроль ведения дневника самоконтроля. | 16 | | 10 | | | 10 | 6 |
| **23. Тема. Выполнение контрольных нормативов.**<br><br>Тестирование - 6-ти минутный бег (с ходьбой), прыжок в длину с места | 50 | | 44 | | | 44 | 6 |
| **В т.ч. текущий контроль** | 2 | | | | | | |
| **Промежуточная аттестация: зачет** | | | | | | | |

Текущий контроль успеваемости проходит в рамках занятий практического типа. Итоговый контроль осуществляется на зачетах I-IV семестров.

**4. Образовательные технологии**

В соответствии с рабочей программой и тематическим планом изучение дисциплины проходит в виде аудиторной и самостоятельной работы студентов. Учебный процесс в аудитории осуществляется в форме практических занятий.

**Образовательные технологии, способствующие формированию компетенций, *используемые на занятиях практического типа:***

- регламентированная самостоятельная деятельность студентов;

**На практических занятиях** подробно изучается программный материал в плоскости отработки практических умений и усвоения следующих тем: **физические упражнения**, составляющие основу изученных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности; **задачи**, **средства, методы, методические приемы** обучения двигательным действиям, развития и совершенствование физических способностей занимающихся, **формы организации** занятий.

Формой итогового контроля знаний студентов по дисциплине являются защита реферата и зачет, в ходе которого оценивается уровень теоретических знаний и навыки решения практических задач.

**5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

5.1. **Методические указания для обучающихся**

Самостоятельная работа студентов направлена на самостоятельное изучение отдельных тем рабочей программы. Таких, как: теоретико-методические особенности построения занятий базовыми видами физкультурно-спортивной деятельности, особенности методики воспитания статической выносливости, техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях.

***Цель самостоятельной работы*** - подготовка современного компетентного специалиста и формирование способностей и навыков к непрерывному самообразованию и профессиональному совершенствованию.

Самостоятельная работа является наиболее деятельным и творческим процессом, который выполняет ряд дидактических функций: способствует формированию диалектического мышления, вырабатывает высокую культуру умственного труда, совершенствует способы организации познавательной деятельности, воспитывает ответственность, целеустремленность, систематичность и последовательность в работе студентов, развивает у них бережное отношение к своему времени, способность доводить до конца начатое дело.

**Изучение понятийного аппарата дисциплины**

Вся система индивидуальной самостоятельной работы должна быть подчинена усвоению понятийного аппарата, поскольку одной из важнейших задач подготовки современного грамотного специалиста является овладение и грамотное применение профессиональной терминологии. Лучшему усвоению и пониманию дисциплины помогут различные энциклопедии, словари, справочники и другие материалы, указанные списке литературы.

**Изучение тем самостоятельной подготовки по учебно-тематическому плану**

Особое место отводится самостоятельной проработке студентами отдельных разделов и тем по изучаемой дисциплине. Такой подход вырабатывает у студентов инициативу, стремление к увеличению объема знаний, выработке умений и навыков всестороннего овладения способами и приемами профессиональной деятельности.

Изучение вопросов очередной темы требует глубокого усвоения теоретических основ, раскрытия сущности основных категорий системы физической культуры и спорта, проблемных аспектов темы и анализа методического материала.

**Работа над основной и дополнительной литературой**

Изучение рекомендованной литературы следует начинать с учебников и учебных пособий, затем переходить к материалам периодических изданий и Интернет источникам. Конспектирование – одна из основных форм самостоятельного труда, требующая от студента активно работать с учебной литературой и не ограничиваться конспектом лекций.

Студент должен уметь самостоятельно подбирать необходимую для учебной и научной работы литературу. При этом следует обращаться к предметным каталогам и библиографическим справочникам, которые имеются в библиотеках.

Подобная работа будет весьма продуктивной с точки зрения формирования библиографии для последующего написания дипломного проекта на выпускном курсе.

**Самоподготовка к практическим занятиям**

При подготовке к практическому занятию необходимо помнить, что данная дисциплина должна быть тесно связана с позднее изучаемыми дисциплинами. На практических занятиях студент должен уметь последовательно применять изучаемый материал.

Для достижения этой цели необходимо:

1) ознакомиться с соответствующей темой программы изучаемой дисциплины;

2) осмыслить круг изучаемых вопросов;

3) изучить рекомендованную учебно-методическим комплексом литературу по данной теме;

4) тщательно изучить лекционный материал;

5) ознакомиться с вопросами очередного практического занятия;

6) подготовить конспект занятия по указанной из вынесенных тем.

Изучение вопросов очередной темы требует глубокого усвоения теоретических основ дисциплины, раскрытия сущности основных положений, проблемных аспектов темы и анализа практического материала.

При презентации материала на защите реферата можно воспользоваться следующим алгоритмом изложения темы: определение и характеристика основных категорий, оценка его современного состояния, существующие проблемы, перспективы развития. Весьма презентабельным вариантом выступления следует считать его подготовку в среде Power Point, что существенно повышает степень визуализации, а, следовательно, доступности, понятности материала и заинтересованности аудитории к результатам учебной работы студента.

**Самостоятельная работа студента при подготовке к зачету**

Промежуточной формой контроля успеваемости студентов по учебной дисциплине «Элективные курсы по физической культуре для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» является реферат и зачет в I-IV семестрах

Бесспорным фактором успешного завершения очередного модуля является кропотливая, систематическая работа студента в течение всего периода изучения дисциплины

(семестра). В этом случае подготовка к зачету будет являться концентрированной систематизацией всех полученных знаний по данной дисциплине.

В начале семестра рекомендуется внимательно изучить перечень вопросов к экзамену по данной дисциплине, а также использовать в процессе обучения программу, другие методические материалы, разработанные преподавателями факультета по данной дисциплине. Это позволит в процессе изучения тем сформировать более правильное и обобщенное видение студентом существа дисциплины за счет:

а) уточняющих вопросов преподавателю;

б)подготовки рефератов по отдельным темам, наиболее заинтересовавшие студента;

в) самостоятельного уточнения вопросов на смежных дисциплинах;

г) углубленного изучения вопросов темы по учебным пособиям.

Кроме того, наличие перечня вопросов в период обучения позволит выбрать из предложенных преподавателем учебников наиболее оптимальный для каждого студента, с точки зрения его индивидуального восприятия материала, уровня сложности и стилистики изложения.

После изучения соответствующей тематики рекомендуется проверить наличие и формулировки вопроса по этой теме в перечне вопросов к зачету, а также попытаться изложить ответ на этот вопрос. Если возникают сложности при раскрытии материала, следует вновь обратиться к лекционному материалу, материалам практических занятий, уточнить терминологический аппарат темы, а также проконсультироваться с преподавателем.

**Изучение сайтов по темам дисциплины в сети Интернет**

Ресурсы Интернет являются одним из альтернативных источников быстрого поиска требуемой информации. Их использование возможно для получения основных и дополнительных сведений по изучаемым материалам.

РЕФЕРАТ

Реферат является одной из важных составляющих учебного процесса и выполняется студентом самостоятельно в соответствии с учебным планом.

Студенту предоставляется право выбора темы реферата из числа указанных в списке.

Структура реферата должна включать в себя главы (в основном три) с их разбивкой на параграфы (подразделы). Все части реферата должны быть изложены в строгой логической последовательности и взаимосвязи.

Содержание работы можно иллюстрировать схемами, таблицами, диаграммами, графиками, рисунками и т.п.

Графическому материалу по тексту необходимо давать пояснение.

Объем работы составляет – 12 страниц.

При оценке работы учитывается содержание работы, ее актуальность, степень самостоятельности, правильность выводов и предложений, качество используемого практического материала, а также уровень грамотности и владение терминологией (общей и специальной). Одновременно отмечаются ее положительные стороны и недостатки, а в случае необходимости указываются вопросы, подлежащие доработке.

**Процедура защиты реферата происходит на практических занятиях**

Реферат оценивается оценкой «зачтено», «не зачтено».

Темы рефератов

1.История развития силовых видов спорта.
2.Обзор видов силовой подготовки.
3.ОФП в силовой подготовке.
4.Классические упражнения в тяжелой атлетике.
5.Техника выполнения упражнений. Классификация и анализ упражнений.
6.Техника и тактика соревновательных упражнений в пауэрлифтинге.
7.Техника рывка, толчка в гиревом спорте.
8.Методы обучения в силовой подготовке.
9.Принципы обучения.
10.Упражнения для совершенствования техники рывка, толчка.
11.Тренажеры в силовой подготовке.
12.Психологическая подготовка штангистов, гиревиков.
13.Содержание тренировочного процесса в силовой подготовке.
14. Принципы тренировки.
15.Методы тренировки.
16.Периодизация тренировочного процесса.
17.Участие в соревнованиях в видах силовой подготовки.
18.Положение о соревнованиях.
19.Обязанности и права участников соревнований в видах силовой подготовки.
20.Состав судейской коллегии, её обязанности и права в видах силовой подготовки.
21.Физические качества занимающихся.
22.Взаимосвязь техники и тактики в освоении видов.
23.Различные виды упражнений в силовых видах спорта

## 6. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине

### 6.1 Перечень компетенций выпускников образовательной программы с указанием результатов обучения (знаний, умений, владений), характеризующих этапы их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования.

ОК-8: способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

| Индикаторы компетенции | Критерии оценивания (дескрипторы) | |
|---|---|---|
| | не зачтено | зачтено |
| **знать:** правила соревнований, методику проведения и организации соревнований. | Полное отсутствие знаний материала | Знание основного материала с рядом негрубых ошибок |
| **уметь:** организовывать и проводить спортивные праздники, фестивали, состязания. | Полное отсутствие умения организовывать и проводить спортивные праздники, фестивали, состязания. | Умение организовывать и проводить спортивные праздники, фестивали, состязания при наличии несущественных ошибок |
| **Владеть:** методикой судейства соревнований | Полное отсутствие навыков судейства и организации соревнований | Наличие минимальных навыков работы судейства и организации соревнований со спортсменами |

### 6.2.Описание шкал оценивания

| Оценка | Уровень подготовки |
|---|---|
| зачтено | Высокий уровень физической и технической подготовки, безупречное владение теоретическим материалом, студент демонстрирует творческий поход к решению поставленных задач. Студент дал полный и развернутый ответ на теоретические вопросы билета, подтверждая теоретический материал практическими примерами из практики. Студент активно работал на практических занятиях. |
| не зачтено | Техническая и физическая подготовка абсолютно недостаточная. Студент не отвечает на поставленные вопросы. Студент отсутствовал на большинстве лекций и практических занятий.<br><br>Выполнение контрольных заданий менее 20 %. |

**6.3. Критерии и процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю), характеризующих сформированность компетенций**

***Для оценивания результатов обучения в виде <u>знаний</u> используются следующие процедуры и технологии:***

*устные и письменные ответы на вопросы.*

***Для оценивания результатов обучения в виде <u>умений</u> и <u>владений</u> используются следующие процедуры и технологии:***

- *тестирование физической и технической подготовленности**;***
- *практические задания, включающие подготовку конспекта*

**Для проведения промежуточного контроля сформированности компетенции используются**: устный опрос, защита реферата.

**6.4 1Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения, характеризующих сформированность компетенций и (или) для итогового контроля сформированности компетенции.**

<u>Контрольные вопросы</u>

1. Эпидемиология наиболее распространённых заболеваний и нарушений здоровья у студентов.
2. Принципы комплектования медицинских групп в вузе.
3. Основные задачи физического воспитания учащихся, отнесенных к СМГ.
4. Содержание уроков ФВ в специальной медицинской группе.
5. Особенности структуры урока ФВ в СМГ.
6. Сроки возобновления занятий ФК после перенесённых заболеваний.
7. Построение занятия ФВ в СМГ в ВУЗе.
8. Понятие о внешних признаках утомления.
9. Причины травм на занятиях ФВ в СМГ.
10. Способы профилактики травматизма на занятиях ФВ в СМГ.
11. Особенности проведения занятий в СМГ при артериальной гипертензии.
12. Особенности проведения занятий при гипотонической болезни.
13. Особенности проведения занятий в СМГ при пневмонии.
14. Особенности проведения занятий при бронхитах и бронхоэктатической болезни.
15. Особенности проведения занятий при бронхиальной астме.
16. Специальные упражнения, применяемые при заболеваниях органов дыхания.

17. Особенности проведения занятий в СМГ при сахарном диабете.
18. Особенности проведения занятий в СМГ при ожирении.
19. Особенности проведения занятий в СМГ при заболеваниях ЖКТ.
20. Особенности проведения занятий в СМГ при заболеваниях мочевыделительной системы.
21. Понятие о правильной осанке. Виды нарушений осанки

**Задания для оценки сформированности умений компетенции ОК-8:** способностью использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

**Задание 1.** Составить план тренировки на короткие дистанции
**Задание 2.** Составить план тренировки на средние дистанции
**Задание 3.** Составить план тренировки на длинные дистанции
**Задание 4.** Прыжок в длину с места».
**Задание 5.** «Бег 100м».
**Задание 6.** «Бег 1000м».

**6.5.ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ К ЗАЧЁТУ ДЛЯ СТУДЕНТОВ**

**СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ**

Диагноз и краткая характеристика заболевания студента. Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.

Медицинские показания и противопоказания при занятиях физическими упражнениями и применения других средств физической культуры при данном заболевании (диагнозе).Клинико-физиологическое обоснование лечебного применения физических упражнений. Механизмы действия физических упражнений.

Лечебная физическая культура и рекомендуемые средства физической культуры при данном заболевании (диагнозе).

Составление и обоснование индивидуального комплекса физических упражнений и доступных средств физической культуры (с

Составление и демонстрация индивидуального комплекса физических упражнений, проведение отдельной части профилированного учебно-тренировочного занятия с группой студентов и т.п.).

**Требования к работе**: для 1 работы минимум 25 - максимум 35 слайдов, логичность представления материала, его законченность, использование современных компьютерных программ, для создания зрелищности работы

**6.6.Перечень заданий к зачёту**

**для студентов основной и подготовительной групп**

**временно (не более 2 семестров) освобождённых от практических занятий**

**1.** Составьте перечень Интернет-ресурсов, имеющих содержание, относящееся к предметным областям «**Лечебная физическая культура**», «**Адаптивная физическая культура и спорт**», «**Оздоровительная физическая культура**», «**Рекреационная физическая культура**» «Знание нормативов ГТО» обозначьте краткое содержание портала, сайта (возможно фото, основные элементы сайта и т.п.)

**6.7. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания.**

Положение «О проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ННГУ», утверждённое приказом ректора ННГУ от 13.02.2014 г. №55-ОД, Положение о фонде оценочных средств, утвержденное приказом ректора ННГУ от 10.06.2015 №247-ОД.

**7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

а) основная литература:


1. Физическая реабилитация. Лечебная физическая культура. Кинезитерапия [Электронный ресурс] : учеб. словарь-справочник / авт.-сост.: О.В. Козырева, А.А. Иванов. - М. : Советский спорт, 2010. - **http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971804291.html**


Б) дополнительная литература


1. "Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы [Электронный ресурс] : учеб. пособие / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, А.И. Малышев, Г.В. Герасимова, А.А. Потапчук, Д.С. Поляков ; под ред. д-ра пед. наук, проф. С.П. Евсеева и д-ра мед. наук, проф. С.Ф. Курдыбайло. - М. : Советский спорт, 2010." - **http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971803690.html**
2. "Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическаякультура [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура" / Л.Л. Артамонова, О.П. Панфилов, В.В. Борисова ; общ. ред. О.П. Панфилова. - М. : ВЛАДОС, 2010. - (Учебное пособие для вузов)" - **http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785305002423.html**


**8. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Имеются в наличии учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет». Наличие рекомендованной литературы.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО с учетом рекомендаций и ОПОП ВО по направлению 02.03.01 Математика и компьютерные науки

Составитель - Кутасин А.Н._____

Рецензент _____

Заведующий кафедрой -Кутасин А.Н._____

Программа одобрена на заседании методической комиссии института Информационных технологий, математики и механики ННГУ им. Н.И. Лобачевского от _____ г., протокол № _____.