

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Романчук Иван Сергеевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 08.10.2023
Уникальный программный ключ:
e68634da050325a9234284dd96b4f0f8b288e139

ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет»
Тюменский педагогический институт им. Д.И. Менделеева (филиал)
Тюменского государственного университета

УТВЕРЖДЕНО

Заместителем директора филиала

Шитиковым П.М.

РАЗРАБОТЧИКИ

Промоторова Е.Ю.

Шестакова С.В.

СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

Рабочая программа

для обучающихся по направлению подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

профили подготовки

Физическая культура; безопасность жизнедеятельности

форма(ы) обучения очная, заочная

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

1.1. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины:

УК-7, ПК-1

1.2. Индикаторы достижения компетенций, соотнесенные с планируемыми результатами обучения:

Знания:

- Знает методы сохранения и укрепления физического здоровья в условиях полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- Знает принципы здорового образа жизни и роль физической культуры и спорта в развитии личности;
- Знает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;
- Знает правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.
- Знает нормативно-правовую и концептуальную базу содержания предпрофильного и профильного обучения; сущность и структуру образовательных программ по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов.

Умения:

- Умеет организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни;
- Умеет выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, ритмической и аэробной гимнастики, упражнения атлетической гимнастики;
- Умеет выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации.
- Умеет определять структуру и содержание образовательных программ по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов.

Навыки:

- Владеет способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни;
- Владеет методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма;
- Владеет методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.
- Владеет методами планирования образовательных программ по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов.

2. Структура и трудоемкость дисциплины

Таблица 1.1

Очная форма обучения

| Вид учебной работы | | Всего (ак.ч.) | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|----------|---------------|---------------------------------|
| | | | 8 семестр |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | ак.ч. | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 48 | 48 |
| Лекции | | 16 | 16 |
| Практические занятия | | 32 | 32 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | – | – |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 96 | 96 |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | | Диф.зачет | Диф.зачет |

Таблица 1.2

Заочная форма обучения

| Вид учебной работы | | Всего (ак.ч.) | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|--|----------|---------------|---------------------------------|
| | | | 5 семестр |
| Общая трудоемкость | зач. ед. | 4 | 4 |
| | ак.ч. | 144 | 144 |
| Из них: | | | |
| Часы аудиторной работы (всего): | | 12 | 12 |
| Лекции | | 6 | 6 |
| Практические занятия | | 6 | 6 |
| Лабораторные / практические занятия по подгруппам | | – | – |
| Часы внеаудиторной работы, включая консультации, иную контактную работу и самостоятельную работу обучающегося | | 132 | 132 |

| Вид учебной работы | Всего (ак.ч.) | Кол-во часов в семестре (ак.ч.) |
|---|---------------|---------------------------------|
| | | 5 семестр |
| Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен) | Диф.зачет | Диф.зачет |

3. Содержание дисциплины

Таблица 2.1

Очная форма обучения

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|---|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1 | Введение в курс спортивной медицины. Основы общей патологии | 2 | 6 | | 8 |
| 2 | Определение физического развития и исследования функционального состояния лиц, занимающихся физической культурой и спортом. | 4 | 12 | | 16 |
| 3 | Спортивная патология. | 6 | 6 | | 12 |
| 4 | Врачебный контроль и система комплексной реабилитации спортсменов. | 4 | 8 | | 12 |
| | Итого (ак.часов) | 16 | 32 | | 48 |

Таблица 2.2

Заочная форма обучения

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|--------------------------------------|------------------------------------|----------------------|---|-----------------------------------|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1 | Введение в курс спортивной медицины. | 2 | 2 | | 4 |

| № | Тематика учебных встреч | Виды аудиторной работы (в ак.час.) | | | Итого аудиторных ак.часов по теме |
|---|---|---------------------------------------|-------------------------|--|--|
| | | Лекции | Практические занятия | Лабораторные / практические занятия по подгруппам | |
| | Основы общей патологии | | | | |
| 2 | Определение физического развития и исследования функционального состояния лиц, занимающихся физической культурой и спортом. | 2 | 2 | | 4 |
| 3 | Спортивная патология. Врачебный контроль и система комплексной реабилитации спортсменов. | 2 | 2 | | 4 |
| | Итого (ак.часов) | 6 | 6 | | 12 |

4. Система оценивания

Обучающиеся, не набравшие 61 балла в течении семестра, или не согласные с оценкой, полученной по итогам текущего контроля в семестре, проходят промежуточную аттестацию в форме дифференцированного зачета в 8 семестре (для очной формы обучения, в 5 семестре (для заочной формы обучения).

При проведении промежуточной аттестации результаты, полученные обучающимся в семестре, переводятся в формат традиционной оценки в соответствии со шкалой перевода баллов:

- 60 баллов и менее – «неудовлетворительно»;
- от 61 до 75 баллов – «удовлетворительно»;
- от 76 до 90 баллов – «хорошо»;
- от 91 до 100 баллов – «отлично».

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1 Литература:

Основная литература:

1. Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина: учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 325 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12603-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496351>

Дополнительная литература:

1. Белова, Л. В. Спортивная медицина: учебное пособие / Л. В. Белова. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2016. — 149 с. — ISBN 2227-8397. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/66109.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина: учебное пособие. Курс лекций и практические занятия / Н. Д. Граевская, Т. И. Долматова. — Москва: Издательство «Спорт», Человек, 2018. — 712 с. — ISBN 978-5-906839-52-7. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/77241.html>.
3. Миллер, Л. Л. Спортивная медицина: учебное пособие / Л. Л. Миллер. — Москва: Спорт-Человек, 2015. — 184 с. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/97571>

5.2 Электронные образовательные ресурсы:

Не предусмотрены.

6. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- Знаниум - <https://new.znanium.com/>
- Лань - <https://e.lanbook.com/>
- IPR Books - <http://www.iprbookshop.ru/>
- Elibrary - <https://www.elibrary.ru/>
- Национальная электронная библиотека (НЭБ) - <https://rusneb.ru/>
- Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) - <https://icdlib.nspu.ru/>
- "ИВИС" (БД периодических изданий) - <https://dlib.eastview.com/browse>
- Электронная библиотека Тюмгу - <https://library.utmn.ru/>
- ЭБС «Юрайт» - <https://urait.ru/>
- Российская государственная библиотека (РГБ) - <https://www.rsl.ru/>

7. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

MS Office, платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

8. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональный компьютер.

Аудитория для самостоятельной работы оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное проекционное и акустическое оборудование, персональные компьютеры.

Гимнастический зал оснащен следующим оборудованием: маты гимнастические, брусья, стол соревновательный, рама для колец, скамьи гимнастические, зеркала настенные.

Спортивный (игровой) зал оснащен следующим оборудованием: ферма баскетбольная, кольца баскетбольные, ворота мини-футбольные, сетка волейбольная, турник, канат, гимнастический мат, скамейка гимнастическая, мяч баскетбольный, мяч волейбольный, мячи

резиновый надувной гимнастический, степ-платформа, тумба для запрыгивания, обруч, скакалка спортивная, гантель, блок для йоги, медбол, полусфера.

Спортивный зал оснащен следующим оборудованием: сетка волейбольная, гимнастический мат, скамейка гимнастическая, мяч волейбольный, степ-платформа, обруч, скакалка спортивная, изотоническое кольцо, ролл.

Тренажерный зал оснащен следующим оборудованием: велотренажеры, беговая дорожка, скамьи для пресса, многофункциональная рама, степ-доска, скамья для пресса, стойка для жима со штангой лежа, гантели, маты-татами; лыжная база оснащена: инвентарем для занятий лыжным видом спорта.