

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Сейранов Сергей Германович

Должность: Ректор

Дата подписания: 15.02.2021 18:20:20

Уникальный программный ключ:

a928d5c2e32461dafba5f8f3b648757f22fb49f9a99b1a0349c0601490449

Аннотация

рабочей программы дисциплины

«Современные адаптивно-оздоровительные технологии»

49.06.01 Физическая культура и спорт

1. Цели и задачи дисциплины

Основной целью дисциплины является овладение аспирантами компетенциями в области физкультурно-оздоровительных технологий, ознакомление обучающихся с современными средствами восстановления работоспособности.

Задачи дисциплины:

- выявление роли восстановления работоспособности организма;
- рассмотрение классификации средств восстановления;
- обучение способам оценки и контроля воздействия на организм восстановительных средств;
- ознакомление с аппаратными средствами восстановления

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Современные адаптивно-оздоровительные технологии» является обязательной дисциплиной вариативной части Блока 1 (Б1.В.ОД.3), изучается очно на 2 году обучения (4 семестр), заочно – на 1 году обучения (1 семестр). Пререквизитом для изучения данной дисциплины служат дисциплины медико-биологического цикла, курс теории и методики физической культуры, основы спортивной тренировки, теория и методика избранного вида спорта, освоенные аспирантами на предшествующих этапах вузовской подготовки.

Форма промежуточной аттестации – зачет (4 семестр в очной и 1 семестр в заочной формах обучения).

Общая трудоёмкость дисциплины - 72 ч.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на овладение следующими компетенциями (УК-1, УК-6, ОПК-1):

- способностью к критическому анализу и оценке современных научных достижений, генерированию новых идей при решении исследовательских и практических задач, в том числе в междисциплинарных областях (УК-1);
- способностью планировать и решать задачи собственного профессионального и личностного развития (УК-6);
- владением необходимой системой знаний в области теории и методики физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры (ОПК-1)

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- особенности воздействия восстановительных средств на различные системы организма (УК-1);
- профессиональные и личностные качества, важные при использовании современных восстановительных средств (УК-6);
- современные средства восстановления, применяемые в процессе физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной физической культуры (ОПК-1),

Уметь:

- критически анализировать и оценивать современные средства восстановления физической работоспособности (УК-1);
- развивать и совершенствовать свои профессионально важные и личностные качества (УК-6);

- применять современные средства восстановления в процессе физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной физической культуры (ОПК-1);

Владеть:

- навыками генерирования новых идей при решении исследовательских и практических задач развития восстановительных средств (УК-1);
- навыками планирования и решения задач собственного профессионального и личностного развития. (УК-6);
- средствами восстановления физической работоспособности (ОПК-1);

4. Краткое содержание дисциплины

Раздел 1. Общие проблемы физкультурно-оздоровительных технологий.

Введение в дисциплину. Анамнез, клинико-функциональная характеристика занимающихся в ОФК. Особенности проведения оздоровительных рекреационных занятий с различными группами занимающихся.. Организация самоконтроля при проведении занятий в ОФК.

Раздел 2. Характеристика технологий физкультурно-оздоровительной деятельности. Общая характеристика ФОР. Классификация средств, применяемых в ФОР..

Раздел 3. Кинезиотерапия: понятие классификация. Показания противопоказания к применению. Методологические особенности кинезиотерапии.

Активная и пассивная кинезиотерапия. Теория моторно-висцеральных рефлексов. Показания и противопоказания к использованию. Применение кинезиотерапии в ОФК.

Раздел 4. Гидротерапия, ее виды. Применение в ОФК.

Гидротерапия, ее виды. Применение в ОФК. Характеристики и свойства воды. Физиологические и механические эффекты воздействия гидротерапии на различные системы организма человека. Показания и противопоказания к применению.

Раздел 5. Методика обучения физическим упражнениям, используемым в области технологии физкультурно-оздоровительной деятельности.

Основы обучения в технологии ФОР. Меры безопасности при обучении и профилактика травматизма.

Раздел 6. Технологии оздоровления различных систем организма человека.

Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Коррекция нарушений функций зрительного анализатора по методу У.Бейтса.

Составитель: Цицкишвили Н.И. / _____
«03» мая 2015 г.

