

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе
университета

_____ Е.В.Фильгина

_____ 27.12.2019

Регистрационный № УД- 336/уч.

**КИНЕЗИОЛОГИЯ КАК ОСНОВА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И
АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Учебная программа учреждения высшего образования
по учебной дисциплине для специальности
1-08 80 04 «Физическая культура и спорт»
профилизации «Педагогическая деятельность в оздоровительной
и адаптивной физической культуре»

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине составлена в соответствии с учебным планом по специальности 1-08 80 04 «Физическая культура и спорт», профилизации «Педагогическая деятельность в оздоровительной и адаптивной физической культуре»

СОСТАВИТЕЛИ:

В.И.Приходько, заведующий кафедрой лечебной физической культуры и физической культуры дошкольников учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат медицинских наук, доцент;

Е.В.Дворянинова, доцент кафедры лечебной физической культуры и физической культуры дошкольников учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент;

А.И.Солдатенкова, доцент кафедры лечебной физической культуры и физической культуры дошкольников учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат медицинских наук, доцент;

Л.В.Пальвинская, доцент кафедры лечебной физической культуры и физической культуры дошкольников учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Э.П.Позюбанов, доцент кафедры легкой атлетики учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент;

К.Э.Зборовский, заведующий кафедрой спортивной медицины учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат медицинских наук, доцент

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

кафедрой лечебной физической культуры и физической культуры дошкольников учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 23.10.2019 № 3);

советом факультета оздоровительной физической культуры и туризма учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 05.12.2019 № 6);

научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от №)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры» разработана для реализации на второй ступени высшего образования (магистратуре) в соответствии с учебным планом по специальности 1-08 80 04 «Физическая культура и спорт», профилизации «Педагогическая деятельность в оздоровительной и адаптивной физической культуре».

Изучение учебной дисциплины «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры» будет способствовать повышению профессиональной подготовленности специалистов в области физической культуры, спорта и туризма.

Содержание учебной дисциплины взаимосвязано с такими учебными дисциплинами, изучаемыми на первой ступени высшего образования, как «Теория и организация адаптивной физической культуры», «Теория и организация лечебной физической культуры», «Анатомия», «Биохимия», «Физиология», «Теория и методика физического воспитания».

Учебная дисциплина «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры» отличается целостностью, вариативностью и практикоориентированным подходом в процессе обучения для приобретения личного опыта в решении разнообразных профессиональных задач.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель учебной дисциплины – формирование у магистрантов системы специальных знаний, лежащих в основе использования физических упражнений в качестве оздоровительного или адаптирующего фактора при различных нарушениях в организме человека.

Задачи учебной дисциплины:

– формирование у магистрантов системы фундаментальных знаний о механизмах, лежащих в основе развития предпатологических состояний в организме человека;

– формирование у магистрантов знаний, умений и навыков определения особенностей различных двигательных стереотипов у лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья;

– формирование у магистрантов знаний, умений и навыков по коррекции неоптимальных стереотипов различных движений у лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья.

ТРЕБОВАНИЯ К ФОРМИРОВАНИЮ КОМПЕТЕНЦИЙ МАГИСТРАНТОВ И УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате изучения учебной дисциплины «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры» формируется компетенция: владение техниками лечебно-оздоровительных практик народов мира и способностью их применения с оздоровительной и коррекционной целью.

В результате изучения учебной дисциплины «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры» магистрант должен

знать:

- основные механизмы формирования предпатологических состояний в организме человека;
- взаимосвязь психического и соматического в возникновении заболеваний;
- методику изучения двигательного стереотипа;
- способы коррекции неоптимального двигательного стереотипа при занятиях оздоровительной и адаптивной физической культурой;

уметь:

- оценивать двигательный стереотип у лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья при занятиях оздоровительной и адаптивной физической культурой;
- организовывать и проводить занятия по коррекции неоптимального двигательного стереотипа у лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья;
- дозировать физическую нагрузку на основании изученного двигательного стереотипа у лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья;

владеть:

- навыками проведения занятий по коррекции неоптимального двигательного стереотипа у лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья;
- навыками дозирования физической нагрузки на основании изученного двигательного стереотипа у лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья;
- навыками оценки эффективности занятий по коррекции неоптимального двигательного стереотипа у лиц с различными отклонениями в состоянии здоровья.

Изучение учебной дисциплины «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры» предназначено для магистрантов дневной и заочной форм получения образования и рассчитано на общее количество часов – 50 часов.

Распределение аудиторного времени (36 часов) для магистрантов дневной формы получения образования: лекции – 12 часов, практические занятия – 24 часа. Форма текущей аттестации – экзамен.

Распределение аудиторного времени (36 часов) для магистрантов заочной формы получения образования: лекции – 6 часов, практические занятия – 6 часов. Форма текущей аттестации – экзамен.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Номер темы	Название темы	Количество аудиторных часов		
		Всего	Из них	
			Лекции	Практические занятия
1	Концептуальные основы кинезиологии как науки	2	2	
2	Психическое и соматическое в возникновении заболеваний	6	4	2
3	Психотерапевтический эффект лечебных упражнений	4		4
4	Двигательный стереотип и методика его исследования	8	4	4
5	Двигательные стереотипы: дыхания, положения стоя на обеих, стоя на одной ноге, сидя, сгибания туловища, ходьбы	16	2	14
	Итого	36	12	24

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Тема 1. КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ КИНЕЗИОЛОГИИ КАК НАУКИ

Понятие «кинезиология». Основные научные направления кинезиологии. Влияние физических упражнений на расположение внутренних органов. Влияние физических нагрузок на строение и функцию скелетной мускулатуры, умственные способности и физическое здоровье человека.

Тема 2. ПСИХИЧЕСКОЕ И СОМАТИЧЕСКОЕ В ВОЗНИКНОВЕНИИ ЗАБОЛЕВАНИЙ

История формирования понятий о психосоматических заболеваниях. Психология соматического больного, факторы на нее влияющие. Психологические особенности и психосоматические расстройства в различные возрастные периоды. Роль характерологических особенностей личности, типа высшей нервной деятельности, эмоционального компонента в возникновении заболеваний. Распространенность психосоматической патологии у детей и взрослых. Определение понятия «предпатологическое состояние». Причины его развития. Понятие «стресс». Виды стресса. Развитие общего адаптационного синдрома при стрессе. Изменение приспособительных механизмов со стороны различных органов и систем при стрессе, развитии предпатологических состояний.

Тема 3. ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ЭФФЕКТ ЛЕЧЕБНЫХ УПРАЖНЕНИЙ

Влияние систематических занятий физической культурой на состояние психики человека. Учет особенностей поведенческих реакций у лиц разного возраста с психосоматической патологией при построении занятий оздоровительной и адаптивной физической культурой.

Понятие «психофизическая тренировка». Психофизическое направление в физической культуре. Значение активной сознательности в физической деятельности. Особенности применения методики психофизической тренировки К. Динейка в оздоровительной и адаптивной физической культуре.

Тема 4. ДВИГАТЕЛЬНЫЙ СТЕРЕОТИП И МЕТОДИКА ЕГО ИССЛЕДОВАНИЯ

Понятие о двигательном стереотипе. Уровни построения движения. Уровень А. Уровень В. Уровень С. Высшие кортикальные уровни.

Функциональная патология уровня А. Изменение силы, тонуса мышц, наличие локальных уплотнений, укороченных мышц. Методика исследования повышения и снижения функциональной активности мышц.

Функциональная патология уровня В. Характеристика общей осанки – позы положения сидя и стоя (положения головы, шеи, плечевого пояса,

грудной клетки, поясницы, тазового пояса, нижних конечностей в покое). Визуальная диагностика миостатики, критерии.

Функциональная патология уровня С. Методика оценки умения расслабляться по команде, умения напрягать отдельную мышцу или мышечную группу, имитации назначенных движений после показа.

Тема 5. ДВИГАТЕЛЬНЫЕ СТЕРЕОТИПЫ: ДЫХАНИЯ, ПОЛОЖЕНИЯ СТОЯ НА ОБЕИХ НОГАХ, СТОЯ НА ОДНОЙ НОГЕ, СИДЯ, СГИБАНИЯ ТУЛОВИЩА, ХОДЬБЫ

Характеристика оптимального стереотипа «дыхание». Типичные ошибки стереотипа дыхания. Тренировка оптимального стереотипа дыхания. Упражнения при нарушенном стереотипе акта вдоха и при нарушенном стереотипе акта выдоха.

Характеристика оптимального стереотипа «положение стоя на обеих ногах». Типичные ошибки положения стоя на обеих ногах. Коррекция нарушений мышечной регуляции в положении стоя на обеих ногах. Тренировка положения стоя у стены.

Характеристика оптимального стереотипа «положение стоя на одной ноге». Типичные ошибки положения стоя на одной ноге. Коррекция нарушений мышечной регуляции в положении стоя на одной ноге. Тренировка положения тела стоя на одной ноге, попеременного движения ног в положении лежа на спине, сгибания и разгибания ног в положении лежа на боку.

Характеристика оптимального стереотипа «положение тела сидя». Сидение на полу выпрямившись с поворотом туловища. Сидение выпрямившись и поворот головы. Смещение грудной клетки в стороны. Разгрузочная поза Brugger. Типичные ошибки положения тела сидя. Коррекция нарушений мышечной регуляции различных положений сидя. Тренировка положения тела сидя, владение положением таза сидя.

Характеристика оптимального двигательного стереотипа «сгибание туловища». Типичные ошибки сгибания туловища. Коррекция нарушений мышечной регуляции сгибания туловища. Тренировка кифозирования поясничного отдела позвоночника и вытяжения рук вперед. Тренировка сгибания и разгибания туловища стоя, поднимания предметов с пола, ношения тяжести.

Характеристика оптимального стереотипа «ходьба». Типичные ошибки стереотипа ходьбы. Тренировка оптимального стереотипа ходьбы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
 (Дневная форма получения образования)
 1-й курс, 2-й семестр

Номер темы	Название темы	Количество аудиторных часов		Количество часов УСР	Литература	Форма контроля знаний
		Лекции	Практические занятия			
1	2	3	4	5	6	7
1	<p>Концептуальные основы кинезиологии как науки.</p> <p>Понятие «кинезиология». Основные научные направления кинезиологии. Влияние физических упражнений на расположение внутренних органов. Влияние физических нагрузок на строение и функцию скелетной мускулатуры, умственные способности и физическое здоровье человека</p>	2			[1], [2], [4], [5]	Устный опрос, конспект
2	<p>Психическое и соматическое в возникновении заболеваний.</p> <p>История формирования понятий о психосоматических заболеваниях. Психология соматического больного, факторы на нее влияющие. Психологические особенности и психосоматические расстройства в различные возрастные периоды. Роль характерологических особенностей личности, типа высшей нервной деятельности, эмоционального компонента в возникновении заболеваний. Распространенность психосоматической патологии у детей и взрослых. Определение понятия «предпатологическое состояние». Причины его развития. Понятие «стресс». Виды стресса. Развитие общего адаптационного синдрома при стрессе. Изменение приспособительных механизмов со стороны различных органов и систем при стрессе, развитии предпатологических состояний</p>	4	2		[1], [2], [3], [7]	Устный опрос, конспект

1	2	3	4	5	6	7
3	<p>Психотерапевтический эффект лечебных упражнений.</p> <p>Влияние систематических занятий физической культурой на состояние психики человека. Учет особенностей поведенческих реакций у лиц разного возраста с психосоматической патологией при построении занятий оздоровительной и адаптивной физической культурой.</p> <p>Понятие «психофизическая тренировка». Психофизическое направление в физической культуре. Значение активной сознательности в физической деятельности. Особенности применения методики психофизической тренировки К. Динейка в оздоровительной и адаптивной физической культуре</p>		2	2	[1], [2], [3], [6], [7]	Устный опрос, конспект
4	<p>Двигательный стереотип и методика его исследования.</p> <p>Понятие о двигательном стереотипе. Уровни построения движения. Уровень А. Уровень В. Уровень С. Высшие кортикальные уровни.</p> <p>Функциональная патология уровня А. Изменение силы, тонуса мышц, наличие локальных уплотнений, укороченных мышц. Методика исследования повышения и снижения функциональной активности мышц.</p> <p>Функциональная патология уровня В. Характеристика общей осанки – позы положения сидя и стоя (положения головы, шеи, плечевого пояса, грудной клетки, поясницы, тазового пояса, нижних конечностей в покое). Визуальная диагностика миостатики, критерии.</p> <p>Функциональная патология уровня С. Методика оценки умения расслабляться по команде, умения напрягать отдельную мышцу или мышечную группу, имитации назначенных движений после показа</p>	4	2	2	[1], [2], [3], [4]	Устный опрос, конспект
5	<p>Двигательные стереотипы: дыхания, положения стоя на обеих, стоя на одной ноге, сидя, сгибания туловища, ходьбы.</p> <p>Характеристика оптимального стереотипа «дыхание». Типичные ошибки стереотипа дыхания. Тренировка оптимального стереотипа дыхания. Упражнения при нарушенном стереотипе акта вдоха и при нарушенном стереотипе акта выдоха.</p> <p>Характеристика оптимального стереотипа</p>	2	10	4	[1], [2], [3], [4]	Устный опрос, конспект

1	2	3	4	5	6	7
	<p>«положение стоя на обеих ногах». Типичные ошибки положения стоя на обеих ногах. Коррекция нарушений мышечной регуляции в положении стоя на обеих ногах. Тренировка положения стоя у стены.</p> <p>Характеристика оптимального стереотипа «положение стоя на одной ноге». Типичные ошибки положения стоя на одной ноге. Коррекция нарушений мышечной регуляции в положении стоя на одной ноге. Тренировка положения тела стоя на одной ноге, попеременного движения ног в положении лежа на спине, сгибания и разгибания ног в положении лежа на боку.</p> <p>Характеристика оптимального стереотипа «положение тела сидя». Сидение на полу выпрямившись с поворотом туловища. Сидение выпрямившись и поворот головы. Смещение грудной клетки в стороны. Разгрузочная поза Brugger. Типичные ошибки положения тела сидя. Коррекция нарушений мышечной регуляции различных положений сидя. Тренировка положения тела сидя, владение положением таза сидя.</p> <p>Характеристика оптимального двигательного стереотипа «сгибание туловища». Типичные ошибки сгибания туловища. Коррекция нарушений мышечной регуляции сгибания туловища. Тренировка кифозирования поясничного отдела позвоночника и вытяжения рук вперед. Тренировка сгибания и разгибания туловища стоя, поднимания предметов с пола, ношения тяжести.</p> <p>Характеристика оптимального стереотипа «ходьба». Типичные ошибки стереотипа ходьбы. Тренировка оптимального стереотипа ходьбы</p>					
	Итого	12	16	8		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
(Заочная форма получения образования)
1-й курс, 2-й семестр

Номер темы	Название темы	Количество аудиторных часов		Литература	Форма контроля знаний
		Лекции	Практические занятия		
1	2	3	4	5	6
1	<p>Концептуальные основы кинезиологии как науки.</p> <p>Понятие «кинезиология». Основные научные направления кинезиологии. Влияние физических упражнений на расположение внутренних органов. Влияние физических нагрузок на строение и функцию скелетной мускулатуры, умственные способности и физическое здоровье человека</p>	2		[1], [2], [4], [5]	Устный опрос, конспект
2	<p>Психическое и соматическое в возникновении заболеваний.</p> <p>История формирования понятий о психосоматических заболеваниях. Психология соматического больного, факторы на нее влияющие. Психологические особенности и психосоматические расстройства в различные возрастные периоды. Роль характерологических особенностей личности, типа высшей нервной деятельности, эмоционального компонента в возникновении заболеваний. Распространенность психосоматической патологии у детей и взрослых.</p> <p>Определение понятия «предпатологическое состояние». Причины его развития. Понятие «стресс». Виды стресса. Развитие общего адаптационного синдрома при стрессе. Изменение приспособительных механизмов со стороны различных органов и систем при стрессе, развитии предпатологических состояний</p>	2		[1], [2], [3], [7]	Устный опрос, конспект

1	2	3	4	5	5
3	<p>Психотерапевтический эффект лечебных упражнений.</p> <p>Влияние систематических занятий физической культурой на состояние психики человека. Учет особенностей поведенческих реакций у лиц разного возраста с психосоматической патологией при построении занятий оздоровительной и адаптивной физической культурой.</p> <p>Понятие «психофизическая тренировка». Психофизическое направление в физической культуре. Значение активной сознательности в физической деятельности. Особенности применения методики психофизической тренировки К. Динейка в оздоровительной и адаптивной физической культуре</p>		2	[1], [2], [3], [6], [7]	Устный опрос, конспект
	Итого	4	2		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
(Заочная форма получения образования)
2-й курс, 3-й семестр

Номер темы	Название темы	Количество аудиторных часов		Литература	Форма контроля знаний
		Лекции	Практические занятия		
1	2	3	4	5	6
4	<p>Двигательный стереотип и методика его исследования.</p> <p>Понятие о двигательном стереотипе. Уровни построения движения. Уровень А. Уровень В. Уровень С. Высшие кортикальные уровни.</p> <p>Функциональная патология уровня А. Изменение силы, тонуса мышц, наличие локальных уплотнений, укороченных мышц. Методика исследования повышения и снижения функциональной активности мышц.</p> <p>Функциональная патология уровня В. Характеристика общей осанки – позы положения сидя и стоя (положения головы, шеи, плечевого пояса, грудной клетки, поясницы, тазового пояса, нижних конечностей в покое). Визуальная диагностика миостатики, критерии.</p> <p>Функциональная патология уровня С. Методика оценки умения расслабляться по команде, умения напрягать отдельную мышцу или мышечную группу, имитации назначенных движений после показа</p>	2	2	[1], [2], [3], [4]	Устный опрос, конспект
5	<p>Двигательные стереотипы: дыхания, положения стоя на обеих, стоя на одной ноге, сидя, сгибания туловища, ходьбы.</p> <p>Характеристика оптимального стереотипа «дыхание». Типичные ошибки стереотипа дыхания. Тренировка оптимального стереотипа дыхания. Упражнения при нарушенном стереотипе акта вдоха и при нарушенном стереотипе акта выдоха</p>		2	[1], [2], [3], [4]	Устный опрос, конспект

1	2	3	4	5	6
	<p>Характеристика оптимального стереотипа «положение стоя на обеих ногах». Типичные ошибки положения стоя на обеих ногах. Коррекция нарушений мышечной регуляции в положении стоя на обеих ногах. Тренировка положения стоя у стены.</p> <p>Характеристика оптимального стереотипа «положение стоя на одной ноге». Типичные ошибки положения стоя на одной ноге. Коррекция нарушений мышечной регуляции в положении стоя на одной ноге.</p> <p>Тренировка положения тела стоя на одной ноге, попеременного выдвижения ног в положении лежа на спине, сгибания и разгибания ног в положении лежа на боку.</p> <p>Характеристика оптимального стереотипа «положение тела сидя». Сидение на полу выпрямившись с поворотом туловища. Сидение выпрямившись и поворот головы. Смещение грудной клетки в стороны. Разгрузочная поза Brugger. Типичные ошибки положения тела сидя. Коррекция нарушений мышечной регуляции различных положений сидя. Тренировка положения тела сидя, владение положением таза сидя.</p> <p>Характеристика оптимального двигательного стереотипа «сгибание туловища». Типичные ошибки сгибания туловища. Коррекция нарушений мышечной регуляции сгибания туловища. Тренировка кифозирования поясничного отдела позвоночника и вытяжения рук вперед. Тренировка сгибания и разгибания туловища стоя, поднимания предметов с пола, ношения тяжести.</p> <p>Характеристика оптимального стереотипа «ходьба». Типичные ошибки стереотипа ходьбы. Тренировка оптимального стереотипа ходьбы</p>				
	Итого	2	4		

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ МАГИСТРАНТОВ

При изучении учебной дисциплины «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры» рекомендуется использовать следующие формы самостоятельной работы:

- управляемая самостоятельная работа для магистрантов дневной формы получения образования, в том числе в виде выполнения индивидуальных заданий с консультациями преподавателя;

- изучение учебного материала по учебникам, учебным пособиям к текущему занятию в соответствии с тематическим планом лекционных и практических занятий по учебной дисциплине «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры»;

- примерный перечень заданий управляемой самостоятельной работы:

- подготовка сообщений, тематических докладов, рефератов, презентаций, эссе;

- конспектирование учебной литературы;

- подготовка отчетов.

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ МАГИСТРАНТОВ (УСР)

1. Психотерапевтический эффект лечебных упражнений.
2. Двигательный стереотип и методика его исследования.
3. Двигательные стереотипы: дыхания, положения стоя на обеих, стоя на одной ноге, сидя, сгибания туловища, ходьбы.

МЕТОДЫ И ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ

Основными методами обучения, отвечающими цели изучения учебной дисциплины, являются:

- элементы проблемного обучения (проблемное и вариантовое изложение, частично-поисковый метод), реализуемые на лекционных занятиях;

- элементы учебно-исследовательской деятельности, реализуемые на практических занятиях и при самостоятельной работе;

- коммуникативные технологии (дискуссии, учебные дебаты, «мозговой штурм» и другие методы), реализуемые на практических занятиях.

Учебно-методическое обеспечение учебной дисциплины направлено на освоение магистрантами основ инновационных технологий, развитие навыков анализа и самостоятельности принятия нестандартных решений в будущей профессиональной деятельности.

ДИАГНОСТИКА КОМПЕТЕНЦИЙ МАГИСТРАНТОВ

Для контроля знаний по учебной дисциплине и диагностики компетенций студентов магистратуры используются следующие формы:

- устный опрос;
- конспект;
- отчет по практическим работам с их устной защитой.

Учебным планом по специальности 1-08 80 04 «Физическая культура и спорт» в качестве формы текущей аттестации студентов магистратуры по учебной дисциплине «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры» предусмотрен экзамен. Десятибалльная шкала оценки представляет собой систему измерения учебных достижений магистранта, в которой отметка уровня знаний выражается последовательным рядом чисел (баллов) «1», «2», «3», «4», «5», «6», «7», «8», «9», «10». При оценке знаний магистрантов отметками в баллах по десятибалльной шкале учитываются критерии оценки результатов учебной деятельности магистрантов в учреждениях высшего образования по десятибалльной шкале. Положительными являются отметки не ниже 4 (четыре) баллов. Отметки 1 (один), 2 (два), 3 (три) являются неудовлетворительными.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МАГИСТРАНТОВ

Баллы	Показатели оценки
1 (один), не зачтено	Отсутствие приращения знаний и компетенций в рамках образовательного стандарта высшего образования, отказ от ответа, неявка на аттестацию без уважительной причины
2 (два), не зачтено	Фрагментарные знания в рамках образовательного стандарта высшего образования; знания отдельных литературных источников, рекомендованных учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; неумение использовать научную терминологию учебной дисциплины, наличие в ответе грубых, логических ошибок; пассивность на практических, низкий уровень культуры исполнения заданий
3 (три), не зачтено	Недостаточно полный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; знание части основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры»; использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными, логическими ошибками; слабое владение инструментарием учебной дисциплины, некомпетентность в решении стандартных (типовых) задач;

	неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях изучаемой учебной дисциплины; пассивность на практических, низкий уровень культуры исполнения заданий
4 (четыре), зачтено	Достаточный объем знаний в рамках образовательного стандарта высшего образования; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры»; использование научной терминологии, логическое изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении стандартных (типовых) задач; умение под руководством преподавателя решать стандартные (типовые) задачи; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им оценку; работа под руководством преподавателя на практических, допустимый уровень культуры исполнения заданий
5 (пять), зачтено	Достаточные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры»; использование научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность самостоятельно применять типовые решения в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им сравнительную оценку; самостоятельная работа на практических, фрагментарное участие в групповых обсуждениях, достаточный уровень культуры исполнения заданий
6 (шесть), зачтено	Достаточно полные и систематизированные знания в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование необходимой научной терминологии, грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обобщения и обоснованные выводы; владение инструментарием учебной дисциплины «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры», умение его использовать в решении учебных и профессиональных задач; способность

	самостоятельно применять типовые решения в рамках, учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях и направлениях по изучаемой дисциплине и давать им сравнительную оценку; активная самостоятельная работа на практических, периодическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
7 (семь), зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; свободное владение типовыми решениями в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры»; усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в основных теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; самостоятельная работа на практических, участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
8 (восемь), зачтено	Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине в объеме учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры»; использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы и обобщения; владение инструментарием учебной дисциплины (методами комплексного анализа, техникой информационных технологий), умение его использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно решать сложные проблемы в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; усвоение основной и дополнительной литературы,

	<p>рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; активная самостоятельная работа на практических, систематическое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
<p>9 (девять), зачтено</p>	<p>Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры»; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в рамках учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине; полное усвоение основной и дополнительной литературы, рекомендованной учебной программой учреждения высшего образования по учебной дисциплине; умение ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку; систематическая, активная самостоятельная работа на практических, творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий</p>
<p>10 (десять), зачтено</p>	<p>Систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине, а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы; точное использование научной терминологии (в том числе на иностранном языке), грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы; безупречное владение инструментарием учебной дисциплины «Кинезиология как основа оздоровительной и адаптивной физической культуры», умение его эффективно использовать в постановке и решении научных и профессиональных задач; выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации; полное и глубокое усвоение основной, дополнительной литературы по изучаемой учебной дисциплине; умение свободно ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях по изучаемой учебной дисциплине и давать им аналитическую оценку, использовать научные</p>

	достижения других дисциплин; творческая самостоятельная работа на практических, активное творческое участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий
--	--

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

ОСНОВНАЯ

1. Артамонова, Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова ; под ред. О. П. Панфилова. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2014. – 389 с.
2. Епифанов, В. А. Восстановительная медицина : учебник / В. А. Епифанов. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2012. – 298 с.
3. Лисовский, В. А. Частная патология (внутренние болезни) : учеб. пособие для высш. и сред. проф. учеб. заведений / В. А. Лисовский, В. Ю. Голофеевский. – М. : Советский спорт, 2004. – 280 с.
4. Жиленкова, В. П. Врачебно-педагогические аспекты адаптивной физической культуры инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата : учеб. пособие / В. П. Жиленкова, Е. С. Ульрих ; Гос. ком. Рос. Федерации по физ. культуре, спорту и туризму, С.-Петерб. гос. акад. физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта ; под ред. С. П. Евсеева. – СПб. : СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 2001. – 40 с.
5. Тихонова, В. И. Лечебная физическая культура : учеб.-метод. пособие : в 2 ч. / В. И. Тихонова ; М-во образования Респ. Беларусь, Белорус. гос. пед. ун-т. – Минск : БГПУ, 2008. – Ч. 1 : ЛФК в клинике внутренних болезней. – 168 с.
6. Организация занятий со студентами, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе : учеб.-метод. пособие / [авт.: А. С. Чуешов и др.] ; М-во образования Респ. Беларусь, БелГУТ. – Гомель : БелГУТ, 2006. – 32 с.
7. Пантелеева, О. В. Физическое воспитание студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья : учеб.-метод. пособие / О. В. Пантелеева, С. А. Буяльская ; Частн. ин-т упр. и предпринимательства. – Минск : Частн. ин-т упр. и предпр., 2011. – 46 с.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

8. Байкина, Н. Г. Диагностика и коррекция двигательной сферы у лиц с нарушением слуха : учеб. пособие для студентов вузов / Н. Г. Байкина ; М-во образования и науки Украины, Запорож. гос. ун-т. – Запорожье : [ЗГУ], 2003. – 232 с.
9. Лечебная физическая культура : справочник / под ред. В. А. Епифанова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Медицина, 2004. – 592 с.

**ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ
ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

Название учебной дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы учреждения высшего образования по учебной дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)
Частные методики адаптивной физической культуры для лиц разного возраста	Кафедра лечебной физической культуры и физической культуры дошкольников	Нет	Рекомендовать к утверждению и использованию в образовательном процессе протокол от 23.10.2019 № 3
Физиологические основы мышечной деятельности	Кафедра физиологии и биохимии	Нет	Рекомендовать к утверждению и использованию в образовательном процессе протокол от 23.10.2019 № 3

Заведующий кафедрой ЛФК и ФКД

В.И.Приходько