Негосударственное частное образовательное учреждение
высшего образования
«Армавирский лингвистический социальный институт»

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

## Б1.В.ДВ.06.01 Корригирующая гимнастика

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы: «Физическая культура»

Квалификация (степень) выпускника: **бакалавр**

Форма обучения: очная, заочная

Подписан: Сакиева Фатима Нурдиновна
DN: C=RU, OU=Ректор, O=НЧОУ ВО АЛСИ, CN=Сакиева Фатима Нурдиновна, E=info@alsivuz.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: Краснодарский край, г. Армавир, ул. Кирова, 22-24
Дата: 2023.06.14 17:01:38+03'00'

Армавир, 2023

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования, утвержденным приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 № 121 по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и принята на заседании кафедры гуманитарных, педагогических дисциплин и физической культуры (протокол № 10 от 14 июня 2023 г.)

Заведующий кафедрой _____ Н.В.Семенова

Организация – разработчик: Негосударственное частное образовательное учреждение высшего образования «Армавирский лингвистический социальный институт»

Автор: Мальцев В.Г.

Для поступивших в 2022, 2021, 2020, 2019 году

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели освоения дисциплины ..... 5

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО ..... 5

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине ..... 6

4. Структура дисциплины и распределение ее трудоемкости ..... 12

5. Содержание дисциплины ..... 14

5.1. Темаческое планирование дисциплины ..... 14

5.1.1. Тематический план учебной дисциплины по очной форме обучения ..... 14

5.1.2. Тематический план учебной дисциплины по заочной форме обучения 16

5.2.3.Тематика и краткое содержание лабораторных занятий ..... 23

*Не предусмотрены учебным планом* ..... 23

5.2.4. Примерная тематика курсовых работ (проектов) ..... 23

*Не предусмотрены учебным планом* ..... 23

5.2.5. Самостоятельная работа и контроль успеваемости ..... 23

5.2.6. Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий ..... 25

6. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине ..... 27

6.1.Оценочные материалы для проведения текущего контроля ..... 27

6.2 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации ..... 29

6.3 Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций .... 29

6.3.1 Текущая аттестация ..... 29

6.3.2 Промежуточная аттестация.....41

6.3.2.2 Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет) .....41

*Не предусмотрено учебным планом* .....41

6.3.2.3 Промежуточная аттестация (зачет) .....41

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины……46

8 Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины..... 46

8.1 Общесистемные требования.....47

8.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины.....48

9. Методические указания для самостоятельной работы обучающихся по освоению дисциплины..... 49

## 1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Коррегирующая гимнастика» являются приобретение обучающимися знаний и умений по проведению занятий в образовательных учреждениях.

Формируемые дисциплиной знания и умения готовят выпускника данной образовательной программы к выполнению следующих обобщенных трудовых функций (трудовых функций):

**Обобщенная трудовая функция А (уровень 6):**

- педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования.

**Трудовые функции:**

- общепедагогическая функция. Обучение (код А/01.6);
- воспитательная деятельность (код А/02.6);
- развивающая деятельность (код А/03.6).

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Учебная дисциплина «Коррегирующая гимнастика» относится к части формируемой участниками образовательных отношений Блока1. Для освоения дисциплины, обучающиеся используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения дисциплин базовой части профессионального цикла: «анатомия человека», «физиология», а также дисциплин вариативной части профессионального цикла: «теория обучения и воспитания физической культуре», «педагогика», «психология», «история физической культуры», «физиология физического воспитания и спорта», «основы научно-методической деятельности физической культуры и спорта».

Освоение данной дисциплины является основой для последующего изучения дисциплин вариативной части профессионального цикла:

«основы юношеского спорта», «теория и методика физической культуры и спорта», «основы спортивной тренировки», «основы организации и судейства соревнований», «внеклассная работа по физической культуре и спорту в школе», а также для последующего прохождения педагогической практики.

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций обучающегося:

| Код компетенций | Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ОПОП | Индикаторы достижения компетенций | Декомпозиция (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами |
|---|---|---|---|
| ***ПКО-3*** | *Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса* | ***ПКО-3.1*** *Знает: закономерности, принципы и уровни формирования и реализации содержания дошкольного образования; структуру, состав и дидактические единицы содержания образования дошкольников* ***ПКО-3.2*** *Умеет: осуществлять* | ***Знать:*** *историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и* |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | *отбор учебного содержания для реализации в различных формах обучения дошкольников в соответствии с дидактическими целями и возрастными особенностями учащихся* **ПКО-3.3** *Владеет: предметным содержанием образования дошкольников* | *принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания* **Уметь:** *использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы* |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | *воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей* ***Владеть:*** *методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-* |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | *исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона* |
| ***ОПК-8*** | *Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний* | ***ОПК-8.1*** *Знает: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и* | ***Знать:*** *историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы* |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | *принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания* | *построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания* |
| | | ***ОПК-8.2*** *Умеет: использовать современные, в том числе интерактивные,* | ***Уметь:*** *использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной* |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | *формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей* ***ОПК-8.3*** *Владеет: методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной* | *работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей* ***Владеть:*** *методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской,* |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | *деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона* | *художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона* |

## 4. Структура дисциплины и распределение ее трудоемкости

| **Семестр** | **Трудоемкость** | | **Контактная работа при проведении учебных занятий по дисциплинам (модулям)** | | | | **СРС** | | **Форма промежуточной аттестации** |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ЗЕ | часов | Лекции, *часов* | Практические занятия, *часов* | Лабораторные занятия, *часов* | Иные виды, *часов* | В период теоретического обучения, *часов* | В период сессии (контроль), *часов* | |
| *Очная форма обучения* | | | | | | | | | |
| 7 | 2 | 72 | 10 | 26 | - | - | 36 | | зачет |

| *Заочная форма обучения* | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 10 | 2 | 72 | 2 | 6 | - | - | 60 | 4 | зачет |

*Примечания:*

***2 ч** – итоговое занятие (коллективная контактная работа) по подведению итогов освоения дисциплины при проведении промежуточной аттестации в форме зачета или зачета с оценкой;

**** 3 ч** – контактная работа при проведении промежуточной аттестации в форме экзамена, **из них:**

*2 ч* – консультация перед экзаменом для потока учебных групп (коллективная контактная работа);

*0,7 ч* – организационные процедуры при проведении экзамена для учебной группы - инструктирование по порядку проведения экзамена, сообщения критериев и шкал оценивания, подведения итогов (коллективная контактная работа);

*0,3 ч* – устный ответ студента/ собеседование с преподавателем по итогам письменного экзамена или компьютерного тестирования *(указывается нужное для соответствующей формы проведения экзамена*

## 5. Содержание дисциплины

### 5.1. Темаческое планирование дисциплины

### 5.1.1. Тематический план учебной дисциплины по очной форме обучения

| № п/п | Разделы курса, темы | Общая трудоемкость *, *часов* | Из них аудиторной контактной работы (для проведения учебных занятий лекционного и семинарс-кого типа) ***часов*** | Контактная аудиторная работа по видам учебных занятий, отраженная в учебном плане ***часов*** | | | СРС**, *часов* | Текущий рубежный контроль |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | лекции | практические | лабораторные | | |
| 1. | Понятие о корригирующей гимнастике | 18 | 7 | 1 | 6 | | 9 | |
| 2. | Основы методики корригирующей гимнастики | 18 | 8 | 2 | 6 | | 9 | Собеседование |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | при заболеваниях сердечнососудистой системы. | | | | | | | |
| 3. | Механизмы лечебного действия гимнастических упражнений. | 18 | 11 | 5 | 6 | | 9 | |
| 4 | Корригирующая гимнастика при остеохондрозах позвоночника | 18 | 10 | 2 | 8 | | 9 | |
| | | **72** | **36** | **10** | **26** | | **36** | |

* указывается без учета времени, отведенного на проведение мероприятий промежуточной аттестации в виде групповой и индивидуальной контактной работы;

** указывается без учета времени, отведенного на подготовку к проведению мероприятий промежуточной аттестации в период

экзаменационных сессий по очной форме обучения и учебно-экзаменационных сессий по заочной форме.

### 5.1.2. Тематический план учебной дисциплины по заочной форме обучения

| № п/п | Разделы курса, темы | Общая трудоемкость *, *часов* | Из них аудиторной контактной работы (для проведения учебных занятий лекционного и семинарс-кого | Контактная аудиторная работа по видам учебных занятий, отраженная в учебном плане *часов* | | | СРС**, *часов* | Текущий рубежный контроль |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | лекции | практические | лабораторные | | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | типа) ***часов*** | | | | | |
| 1. | Силовое троеборье (пауэрлифтинг) | 17 | 1 | - | 1 | - | 15 | Реферат |
| 2. | Основы методики корригирующей гимнастики при заболеваниях сердечнососудистой системы. | 17 | 2 | 1 | 1 | - | 15 | Тестирование |
| 3. | Механизмы лечебного действия гимнастических упражнений. | 17 | 2 | - | 2 | - | 15 | Тестирование |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 4. | Корригирующая гимнастика при остеохондрозах позвоночника | 17 | 3 | 1 | 2 | - | 15 | Реферат |
| | **Контроль** | **4** | | | | | | |
| | **Итого** | **72** | **8** | **2** | **6** | **-** | **60** | |

## 5.2 Виды занятий и их содержание

### 5.2.1 Тематика и краткое содержание лекционных занятий

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ №1

Тема: Общие основы корригирующей гимнастики

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1. Понятие о корригирующей гимнастике.
2. Клинико-физиологическое обоснование механизмов действия гимнастических упражнений.
3. Средства корригирующей гимнастики и формы проведения занятий.
4. Режимы двигательной активности.
5. Организация работы по корригирующей гимнастики.
6. Методы оценки воздействия гимнастических упражнений и их эффективности.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ №2

Тема: Корригирующая гимнастика при заболеваниях сердечнососудистой системы

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1. Основные симптомы сердечнососудистых заболеваний.
2. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
3. Основы методики корригирующей гимнастики при заболеваниях сердечнососудистой системы (гипертоническая, гипотоническая, ишемическая болезни сердца, приобретенные пороки сердца, варикозное расширение вен).

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ №3

Тема: Корригирующая гимнастика при заболеваниях органов дыхания

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1. Основные причины заболевания органов дыхания.
2. Механизмы лечебного действия физических упражнений.
3. Основы методики корригирующей гимнастики при пневмонии, плеврите, бронхиальной астме, бронхите.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ №4

Тема: Корригирующая гимнастика при заболеваниях желудочно-кишечного тракта (ЖКТ)

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1. Основные клинические проявления заболеваний: гастрита, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, опущения органов брюшной полости, органов мочевыделения..
2. Механизмы лечебного действия гимнастических упражнений.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ №5

Тема: Корригирующая гимнастика при гинекологических заболеваниях

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1. Воспалительные заболевания женских половых органов.
2. Аномальное положение матки.
3. Механизмы лечебного действия гимнастических упражнений.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ №6

Тема: Корригирующая гимнастика при заболеваниях суставов

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1. Основные клинические проявления при артритах и артрозах.
2. Механизмы лечебного действия гимнастических упражнений.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ №7

Тема: Корригирующая гимнастика при травмах опорно-двигательного аппарата (ОДА).

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1. Виды и симптомы травм ОДА.
2. Методы лечения травм ОДА (переломы костей верхних и нижних конечностей, повреждения суставов. Переломы позвоночника и костей таза).
3. Механизмы лечебного действия гимнастических упражнений.

### 6.2.1 Тематика и краткое содержание практических занятий

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №1

Тема: Корригирующая гимнастика при нарушениях осанки, сколиозах, плоскостопии.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1. Причины, вызывающие нарушения осанки.
2. Корригирующая гимнастика при нарушениях осанки.
3. Виды нарушений осанки.
4. Основные средства КГ при нарушениях осанки.
5. Причины возникновения сколиозов.
6. Корригирующая гимнастика при сколиозах.
7. Причины возникновения плоскостопия.
8. Корригирующая гимнастика при плоскостопии.
9. Механизмы лечебного действия гимнастических упражнений при нарушениях осанки, сколиозах.
10. Классификация сколиозов по форме искривления и степени сложности.
11. Методика корригирующей гимнастики при сколиотической болезни.
12. Характеристика симметричных, асимметричных и деторсионных упражнений.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №2

Тема: Корригирующая гимнастика при заболеваниях и повреждениях нервной системы

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1. Клинические проявления при заболеваниях и повреждениях нервной системы.
2. Гимнастические упражнения применяемые при заболеваниях и повреждениях переферической нервной системы, травматической болезни спинного мозга, нарушениях мозгового кровообращения.
3. Механизмы лечебного действия гимнастических упражнений.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №3

Тема: Корригирующая гимнастика при остеохондрозах позвоночника

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1. Причины возникновения заболеваний.
2. Клинические проявления при остеохондрозах позвоночника.
3. Механизмы лечебного действия гимнастических упражнений.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №4

Тема: Корригирующая гимнастика при некоторых заболеваниях детей и подростков

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1. Врожденный вывих бедра.
2. Врожденная косолапость.
3. Врожденная мышечная кривошея.
4. Детский церебральный паралич.

5. Механизмы лечебного действия гимнастических упражнений.
6. Миопатия.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ №5

Тема: Корригирующая гимнастика с определенным контингентом.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1. Гимнастика для беременных. Виды двигательной активности в период беременности.
2. Гимнастика в послеродовой период.
3. Гимнастика для специальных медицинских групп школ и вузов.
4. Оздоровительная гимнастика для лиц среднего возраста. Анатомо-морфологические и физиологические особенности лиц среднего возраста.
5. Оздоровительная гимнастика для лиц пожилого возраста. Анатомо-морфологические и физиологические особенности лиц пожилого возраста.
6. Особенности планирования физических нагрузок для лиц среднего и пожилого возраста.

**5.2.3.Тематика и краткое содержание лабораторных занятий**

***Не предусмотрены учебным планом***

**5.2.4. Примерная тематика курсовых работ (проектов)**

***Не предусмотрены учебным планом***

**5.2.5. Самостоятельная работа и контроль успеваемости**

В рамках указанного в учебном плане объёма самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности *(очная форма обучения)*:

***семестр 7***

| Вид самостоятельной работы | Примерная трудоемкость |
|---|---|
| Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа | 6 |
| Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях) | 6 |
| Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятия лекционного и семинарского типа | 6 |
| Подготовка к текущему контролю | 6 |
| Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме | 6 |
| Подготовка к промежуточной аттестации | 6 |
| **ИТОГО СРО:** | **36** |

В рамках указанного в учебном плане объёма самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности *(заочная форма обучения)*:

***9 семестр***

| Вид самостоятельной работы | Примерная трудоемкость |
|---|---|
| Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа | 10 |

| | |
|---|---|
| Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях) | 10 |
| Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятия лекционного и семинарского типа | 10 |
| Подготовка к текущему контролю | 10 |
| Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме | 10 |
| Подготовка к промежуточной аттестации | 10 |
| **ИТОГО СРО:** | **60** |

### 5.2.6. Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий

Практические (семинарские) занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разбора кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Ниже приводятся методические рекомендации по проведению различных видов практических (семинарских) занятий.

1. Обсуждение в группах

Групповое обсуждение какого-либо вопроса направлено на нахождении истины или достижение лучшего взаимопонимания. Групповые обсуждения способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе группового обсуждения перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны подготовить аргументированный развернутый ответ.

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

- задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5...10 ошибок);
- ввести алгоритм выработки общего мнения (решения);
- назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения и др.

На втором этапе группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем (арбитром).

Разновидностью группового обсуждения является круглый стол, который проводится с целью поделиться проблемами, собственным видением вопроса, познакомиться с опытом, достижениями.

2. Публичная презентация проекта

Презентация - самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре "один на один", так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

3. Дискуссия

Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной проблемы (ситуации), сопровождающееся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме (ситуации), друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

## 6. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

### 6.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля

Текущий контроль знаний студентов осуществляется проводимыми по основным темам дисциплины следующими контрольными оценочными мероприятиями:

Собеседование

Примеры оценочных материалов для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине

***7(9) семестр***

Примерные вопросы собеседования для оценки сформированности компетенции:

ПКО-3 *Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса*

*ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний*

**Вопросы для собеседования №1**

1. Виды и симптомы травм ОДА.
2. Методы лечения травм ОДА (переломы костей верхних и нижних конечностей, повреждения суставов. Переломы позвоночника и костей таза).
3. Механизмы лечебного действия гимнастических упражнений.

**Вопросы для собеседования №2**

1. Причины, вызывающие нарушения осанки.
2. Корригирующая гимнастика при нарушениях осанки.
3. Виды нарушений осанки.
4. Основные средства КГ при нарушениях осанки.

**Вопросы для собеседования №3**

1. Клинические проявления при заболеваниях и повреждениях нервной системы.

2. Гимнастические упражнения применяемые при заболеваниях и повреждения травматической болезни спинного мозга, нарушениях мозгового кровообращения
3. Механизмы лечебного действия гимнастических упражнений.

## 6.2 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

***7(9) семестр***

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета. Средствами оценки для реализации промежуточной аттестации являются вопросы к зачету.

Контрольные вопросы для проведения промежуточной аттестации (зачета):

1. Нарушений осанки, сколиозов, плоскостопия.
2. Заболеваний нервной сис-мы.
3. Остеохондроза.
4. Врожденного вывиха бедра.
5. Врожденной косолапости.
6. Врожденной мышечной кривошеи.
7. ДЦП.
8. Миопатии.
9. Заболеваний органов дыхания.
10. Сердечно-сосудистых заболеваний.

## 6.3 Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций

### 6.3.1 Текущая аттестация

**Шкала оценки собеседования на примере освоения компетенций**

ПКО-3 *Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса*

*ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний*

| **Оценка** | **Характеристика сформированности компетенций** |
|---|---|
| 5<br>«отлично» | ***Знает:*** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной |

| | |
|---|---|
| | деятельности обучающихся.<br>**Умеет:** критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной |

| | |
|---|---|
| | науки и образовательной практики<br>в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.<br>**Владеет:** навыками конструирования<br>Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории. |
| 4<br>«хорошо» | ***Знает:*** приоритетные направления<br>развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных |

| | |
|---|---|
| | программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.<br>**Умеет:** не в полной мере критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности |

| | |
|---|---|
| | использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.<br>**Владеет:** навыками |

| | |
|---|---|
| | конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории. |
| 3 «удовлетворительно» | ***Знает:*** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, |

| | |
|---|---|
| | обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.<br>**Умеет:** не в полной мере критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, |

| | |
|---|---|
| | курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к<br>своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики<br>в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.<br>**Владеет:** не в полной мере навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно- |

| | |
|---|---|
| | управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории. |
| 2<br>«неудовлетворительно» | **Не знает:** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно- |

| | |
|---|---|
| | профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.<br>**Не умеет:** не в полной мере критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической |

| | |
|---|---|
| | деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики<br>в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.<br>**Не владеет:** навыками конструирования<br>Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории. |

**6.3.2 Промежуточная аттестация**

**6.3.2.2 Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)**

***Не предусмотрено учебным планом***

**6.3.2.3 Промежуточная аттестация (зачет)**

7(9)семестр

*ПКО-3. Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса.*

*ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний*

| **Оценка** | **Характеристика сформированности компетенций** |
|---|---|
| Зачтено | ***Знает:*** приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической |

| | |
|---|---|
| | деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.<br>**Умеет:** критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной |

| | |
|---|---|
| | информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.<br>**Владеет:** навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории. |
| Не зачтено | **Не знает:** приоритетные |

| | |
|---|---|
| | направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.<br>**Не умеет:** не в полной мере критически Анализировать учебные материалы предметной области с |

| | |
|---|---|
| | точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность |

| | |
|---|---|
| | обучающихся.<br>**Не владеет:** навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории. |

## 7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

| ***Основная*** |
|---|
| Гимнастика. Методика преподавания : учебник / В.М. Миронов, Г.Б. Рабиль, Т.А. Морозевич-Шилюк [и др.] ; под общ. ред. В.М. Миронова. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 335 с. : ил. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-018540-8. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/185980 |
| Лечебная физическая культура при терапевтических заболеваниях : учебное пособие / |

| |
|---|
| Т.В. Карасёва, А.С. Махов, А.И. Замогильнов, С.Ю. Толстова. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 158 с. — (Высшее образование). — DOI 10.12737/1042644. - ISBN 978-5-16-018979-6. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1912982 |
| Караулова, Л. К. Физиология физкультурно-оздоровительной деятельности : учебник / Л.К. Караулова. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 336 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/23930. - ISBN 978-5-16-018443-2. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1933136 |
| Хуббиев, Ш. З. Базовые и новые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой тренировки : учебное пособие / Ш. З. Хуббиев, С. М. Лукина, Т. Е. Коваль, Л. В. Ярчиковская.— Санкт-Петербург : Изд-во Санкт-Петербургского университета, 2018. — 272 с. - ISBN 978-5-288-05785-4. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1000483 |
| ***Дополнительная*** |
| Каткова, А.М. Физическая культура и спорт : учебное наглядное пособие / А.М. Каткова, А.И. Храмцова. - М. : МПГУ, 2018. - 64 с. - ISBN 978-5-4263-0617-2. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1020559 |
| Физическая культура и спорт в системе образования. Инновации и перспективы развития : сборник научных трудов / . - Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2020. - 316 с. - ISBN 978-5-288-06069-4. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1840333 |

## 8 Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины

### 8.1 Общесистемные требования

*Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)*

| Учебный год | Наименование документа с указанием | Срок действия |
|---|---|---|
| | Электронно-библиотечная система Znanium — это информационно-образовательная среда для колледжей, вузов и библиотек. | |

*Электронная информационно-образовательная среда НЧОУ ВО АЛСИ*

**8.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины**

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине используются специальные помещения, которые представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду НЧОУ ВО АЛСИ.

**Современные профессиональные базы данных**

1) Федеральный портал «Российское образование»/ http://www.edu.ru

2) Национальная Электронная Библиотека (нэб.рф) http://xn--90ax2c.xn--p1ai/

3) Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) - http://school-collection.edu.ru

4) Базы данных издательства Springer https://link.springer.com/

5) Базы данных ScienceDirect (книги и журналы) издательства Elsevier https:// www.sciencedirect.com/

6) Базы данных Scopus издательства Elsevier https://www.scopus.com/search/ form.uri?display=basic

**Информационные справочные системы**

1) Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru.

2) Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) - http://eor.edu.ru/

3) Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) - http://school-collection.edu.ru.

4) Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») - http://window.edu.ru.

5) Российская государственная библиотека. http://www.rsl.ru

6) Государственная публичная историческая библиотека. http://www.shpl.ru

7) Национальная Электронная Библиотека (нэб.рф)

## 9. Методические указания для самостоятельной работы обучающихся по освоению дисциплины

В процессе изучения учебной дисциплины следует:

1. Ознакомиться с рабочей программой дисциплины. Рабочая программа дисциплины содержит перечень разделов и тем, которые необходимо изучить, планы лекционных и семинарских занятий, вопросы к текущей и промежуточной аттестации, перечень основной, дополнительной литературы и ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», определиться с темой курсовой работы (при наличии).

2. Ознакомиться с планом самостоятельной работы обучающихся.

3. Посещать теоретические (лекционные) и практические занятия.

4. При подготовке к практическим занятиям, а также при выполнении самостоятельной работы следует использовать методические указания для обучающихся.

Составление схем, сравнительных и тезисных таблиц

Данный вид самостоятельной работы определяется как частично-поисковый, т.е. часть материала по созданию схем определяется преподавателем, а другая часть материала подбирается самим обучающимся. Обучающийся, применяя рекомендации, рассматривает выявленный научно-практический и учебный материал с позиции анализа для формирования определенной схемы или таблицы. Кроме этого, данный метод является репродуктивным способствующим формированию монологического высказывания студента определяющего основные моменты, принципы и способы, послужившие основанием для формирования схемы или таблицы, а в дальнейшем для её представления или защиты.

Самостоятельно и индивидуально каждый из студентов выявляет на основе анализа теоретического материала необходимые и достаточные для заполнения сравнительной таблицы сведения. Педагогическая ценность подобной работы студентов заключается в обеспечении развития мышления, самостоятельности и активности студента, при максимальной индивидуализации задания, с учетом психофизиологических особенностей студентов. Работа каждого из студентов оценивается преподавателем с позиции логического и образного мышления.

Для самостоятельной работы используется также другой вид СРС – создание таблиц на основе сравнительного анализа, когда студент для

осуществления самостоятельной работы имеет только объекты сравнения, а выявление сходства и различия определяется им самим. Используя литературу, рекомендованную преподавателем, студент выявляет характерные признаки, черты или виды, дающие возможность рассмотреть объекты как схожие с одной стороны, и различные, с другой.

Используется в качестве выполнения самостоятельной работы и заполнение тезисных таблиц. Тезисные таблицы предпочтительны по той причине, что они не только дают впоследствии возможность восстановить содержание и главные моменты изучаемого учебного материала, выделить в нем главное, но также обеспечивают возможность определения их взаимосвязи друг с другом, или сравнения. При этом главные моменты усваиваются намного быстрее, нежели в конспектах. Кроме того, при желании эти главные моменты могут быть поставлены в виде ключевых вопросов для развёрнутого ответа на них своими словами. Наконец, тезисная таблица – самая простая в составлении, что немаловажно в условиях дефицита времени для полных записей студентами.

Заполнение пропусков в схемах, или самостоятельное составление схем также являются одним из видов самостоятельных работ студентов. Эти виды самостоятельных работ можно также определять как частично-исследовательские, способствующие развитию самостоятельного мышления студента и возможности применения творческой инициативы при анализе теоретического материала лекции, семинара. Приветствуется использование студентами возможностей цветовой графики в таблице, схеме. Это способствует лучшему запоминанию, воспроизведению, анализу, творческому толкованию самостоятельно изученного материала.

Завершение выполнения таких видов самостоятельной работы студента – отчет, оформленная схема, заполненная таблица, рассматривается преподавателем как контроль полученных им знаний. Для получения оценки преподавателем определяются соответствующие

критерии:

- выполнение работы на уровне распознавания – знакомство: низкое качество;

- выполнение работы на уровне запоминания (чтение, пересказ, воспроизведение изученного материала через схему, таблицу, но в полной мере не может воспользоваться результатами своей работы): удовлетворительное качество;

- выполнение работы на уровне понимания, т.е. студент, используя краткую запись в схеме или таблице способен осуществить процесс нахождения существенных признаков, связи исследуемых объектов, выделение из всей массы несущественного и случайного, установления сходства и различий - в конечном итоге сопоставление полученной информации с имеющимися знаниями: хорошее качество;

- использование полученных знаний при выполнении иных заданий по теме, решение типовых практических задач или тестов, творческое применение полученных знаний: отличное качество.