Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Райхерт Татьяна Николаевна
Должность: Директор
Дата подписания: 14.02.2022 09:24:59
Уникальный программный ключ:
c914df807d771447164c08ee17f8e2f93dde816b

Министерство просвещения Российской Федерации
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)
федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Рабочая программа учебной дисциплины

ОП.07 ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ

Программа подготовки специалистов среднего звена
по специальности 49.02.01 Физическая культура

Нижний Тагил
2020

Программа актуализирована и утверждена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры «28» августа 2020 г., протокол № 1.

Зав. кафедрой Т.Н. Дейкова

Программа рассмотрена и утверждена на заседании ученого совета факультета спорта и безопасности жизнедеятельности «31» августа 2020 г., протокол № 1.

Декан ФСБЖ А.В. Неймышев

Составитель:
кандидат педагогический наук,
доцент кафедры ЕН и ФМО И.И. Баженова

Содержание

		Стр.
1	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2	РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
4	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
5	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.07 «Основы биомеханики»

1.1 Область применения программы

Программа учебной дисциплины ОП.07 «Основы биомеханики» предназначена для ведения занятий со студентами очной формы обучения, осваивающими программу подготовки специалистов среднего звена по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: учебная программа дисциплины «Основы биомеханики» входит в блок «Общепрофессиональные дисциплины» профессионального цикла. Учебным планом по специальности 49.02.01 Физическая культура предусмотрено изучение данной дисциплины на 3 курсе (6 семестр).

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения профессионального модуля:

Введение дисциплины «Основы биомеханики» в учебный план специальности Физическая культура обусловлено **целью** сформировать у будущих педагогов по физической культуре теоретические знания по биомеханике физических упражнений, а также практические умения и навыки, необходимые для научно обоснованного осуществления физкультурно-спортивной работы.

Перед обучающимися стоят следующие **задачи**:

- изучение научно-теоретических, методологических и методических основ дисциплины, практическое освоение путей использования биомеханических знаний в процессе физического воспитания;
- овладение студентами профессионально-педагогическими умениями и навыками самостоятельного обоснования техники соревновательных и тренировочных упражнений, умелое их использование как во время практических занятий с обучаемыми, так и в научных исследованиях;
- в результате изучения дисциплины необходимо раскрыть сложность строения двигательных действий человека, которая обусловлена сложностью строения его двигательного аппарата, системы управления движениями, подчинением движений законам не только механики, но и биологии, обусловленностью движений психической деятельностью человека.

Учебный курс призван помочь студентам овладеть прежде всего такой дисциплиной из профессиональных модулей ОПОП, как УП.01.02 «Основы обучения двигательным действиям».

Применение данной программы направлено на формирование элементов основных видов профессиональной деятельности.

С целью овладения указанным видом профессиональной деятельности обучающийся в ходе освоения профессионального модуля должен ***уметь:***

- применять знания по биомеханике при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;
- проводить биомеханический анализ двигательных действий.

Должен ***знать:***

- основы кинематики и динамики движений человека.
- биомеханические характеристики двигательного аппарата человека;
- биомеханику физических качеств человека;
- половозрастные особенности моторики человека;

- биомеханические основы физических упражнений, входящих в программу физического воспитания обучающихся.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы:

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	**54**
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего), в том числе:	**36**
Лекционные занятия	18
Лабораторные занятия	18
Самостоятельная работа студента (всего), в том числе:	**18**
итоговая аттестация в форме зачета (6 семестр)	

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Применение данной программы направлено на формирование элементов основных видов профессиональной деятельности учителя физической культуры в части освоения соответствующих общих (ОК) и профессиональных компетенций (ПК):

Код	Наименование результата обучения
ОК 1	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес
ОК 2	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество
ОК 3	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития
ОК 5	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами
ОК 7	Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса
ОК 8	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации
ОК 9	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий
ОК10	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей
ОК 11	Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.

ОК 12	Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности
ПК 1.1	Определять цели и задачи, планировать учебные занятия
ПК 1.2	Проводить учебные занятия по физической культуре
ПК 1.3	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Код профессиональных компетенций	**Наименования разделов профессионального модуля***	**Всего часов**	**Объем времени, отведенный на освоение междисциплинарного курса**					
			Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося				**Самостоятельная работа обучающегося**	
			Всего, часов	**в т.ч. практ. занятия, часов**	**в т.ч. лабор. работы** часов	**в т.ч. курсовая работа,** часов	**Всего,** часов	**в т.ч., курсовая работа,** часов
	Раздел 1. Биомеханика как учебная и научная дисциплина. Направления развития биомеханики как науки. История развития биомеханики	**4**	2	2			2	
	Раздел 2. Кинематика и механика движений человека. Механическая работа и энергия при движениях человека	**4**	2	2			2	
	Раздел 3. Биомеханические основы опорно-двигательного аппарата человека	**4**	2	2			2	
	Раздел 4. Методы биомеханических исследований и контроля в физическом воспитании и спорте	**4**	2	2			2	
	Раздел 5. Биомеханика физических качеств человека	**8**	6	2	4		2	
	Раздел 6. Биомеханические основы технико-тактического мастерства	**8**	6	2	4		2	
	Раздел 7. Биомеханические аспекты программированного обучения двигательным действиям	**8**	6	2	4		2	
	Раздел 8. Биомеханические основы физических упражнений, входящих в программу физического воспитания школьников	**14**	10	4	6		4	
	Всего:	**54**	36	18	18		18	

3.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины «Термодинамика, теплопередача и гидравлика»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) *(если предусмотрены)*	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1	**Биомеханика как учебная и научная дисциплина. Направления развития биомеханики как науки. История развития биомеханики**	*2*	
Тема 1.1. **Биомеханика как учебная и научная дисциплина. Направления развития биомеханики как науки. История развития биомеханики**	Предмет, цель, задачи, структура и содержание дисциплины. Значение дисциплины для специалистов в области физической культуры и спорта. Связь биомеханики физических упражнений с другими науками о физическом воспитании и спорте. Основные термины и понятия. История развития и современное состояние биомеханики физических упражнений.	*2*	*2*
	Лабораторные работы:	не предусмотрены	
	Практические работы	не предусмотрены	
	Контрольные работы	не предусмотрены	
	Самостоятельная работа: История развития биомеханики. Возникновение и развитие отечественной биомеханики. Современное состояние биомеханики.	2	
Раздел 2	**Кинематика и механика движений человека. Механическая работа и энергия при движениях человека**	*6*	*2*
Тема 2.1. **Кинематические характеристики движений тела человека**	Основные понятия кинематики: траектория, перемещение, скорость, ускорение. Поступательное и вращательное виды движения, линейные и угловые характеристики. Описание движений человека и его звеньев в пространстве и во времени – место, ориентация и поза, длительность, темп и ритм движений. Анализ кинематических схем и хронограмм двигательных действий.	*0,5*	*2*
	Лабораторные работы:	*2*	
	Практические работы	не предусмотрены	
	Контрольные работы	не предусмотрены	
	Самостоятельная работа: Кинематические пространственные характеристики поступательного движения. Системы отсчёта. Понятие материальной точки. Кинематические временные характеристики поступательного движения. Кинематические пространственно – временные характеристики поступательного движения. Кинематические пространственные и временные характеристики вращательного	*0,5*	

	движения Кинематические пространственно – временные характеристики вращательного движения. (Сообщения)		
Тема 2.2. **Динамические характеристики движений тела человека**	Основные понятия и законы динамики. Инертность, масса и момент инерции тела, сила и момент силы, импульс силы и импульс момента силы, количество движения (импульс тела) и кинетический момент.	*0,5*	*2*
	Лабораторные работы: «Опытные иллюстрации уравнения Бернулли. Построение пьезометрических и опорных линий».	*2*	
	Практические работы	не предусмотрены	
	Контрольные работы	не предусмотрены	
	Самостоятельная работа: Динамические инерционные характеристики поступательного движения. Динамические силовые характеристики поступательного движения. Динамические инерционные характеристики вращательного движения. Динамические силовые характеристики вращательного движения. (Сообщения, рефераты).	*0,5*	
Тема 2.3. **Классификация сил в биомеханике**	Внешние и внутренние силы. Взаимодействие с внешней средой как причина изменения движения тела человека. Анализ динамограмм.	*0,5*	*2*
	Лабораторные работы	не предусмотрены	
	Практические работы	не предусмотрены	
	Контрольные работы	не предусмотрены	
	Самостоятельная работа: Силы тяжести, инерции, упругой деформации, трения. Силы реакции опоры. (Сообщения, рефераты).	*0,5*	
Тема 2.4. **Механическая работа и энергия при движениях человека**	Закон сохранения энергии и его следствия. Внутренняя и внешняя работа. Методы измерения работы и энергии при движениях человека. Экономичность движений человека и показатели, ее характеризующие. Рекуперация энергии: переход энергии из одного вида в другой, обмен энергией между звеньями тела человека, использование энергии упругой деформации мышц и сухожилий	*0,5*	*2*
	Лабораторные работы	не предусмотрены	
	Практические работы	не предусмотрены	
	Контрольные работы	не предусмотрены	
	Самостоятельная работа: Понятие о механической работе, мощности и видах механической энергии. (Сообщения)	*0,5*	
Раздел 3	***Биомеханические основы опорно-двигательного аппарата человека***	*6*	*2*

Тема 3.1. **Биомеханические основы опорно-двигательного аппарата человека**	Тело человека как биомеханическая система, ее основные элементы: звенья, кинематические пары и цепи. Звенья тела как рычаги и маятники. Геометрия масс тела человека и способы ее определения. Общий центр тяжести и центры тяжести отдельных звеньев тела Момент инерции. Биомеханические свойства костей, суставов и мышц. Режимы сокращения и разновидности работы мышц. Групповое взаимодействие мышц. Величина мышечной силы.	*2*	*2*
	Лабораторные работы	не предусмотрены	
	Практические работы	не предусмотрены	
	Контрольные работы	не предусмотрены	
	Самостоятельная работа: Механические и биологические свойства костей, мышц, сухожилий. Геометрия масс тела. (Сообщения, рефераты)	*2*	
Раздел 4	***Методы биомеханических исследований и контроля в физическом воспитании и спорте***	*6*	*2*
Тема 4.1. **Методы биомеханических исследований и контроля в физическом воспитании и спорте**	Объекты биомеханических исследований и контроля в системе физического воспитания и спорта. Основные этапы и процедуры биомеханического анализа двигательных действий. Механические, механоэлектрические, оптические и оптико-электронные методы регистрации биомеханических характеристик. Видеоциклография, гониометрия, спидография, акселерометрия, тензометрия, стабилография, электромиография. Лабораторные и естественные (полевые) измерения.	*2*	*2*
	Лабораторные работы	не предусмотрены	
	Практические работы	не предусмотрены	
	Контрольные работы	не предусмотрены	
	Самостоятельная работа: Тесты в биомеханике. Методы обследования. Автоматизация биомеханического контроля. (Сообщения).	*2*	
Раздел 5	***Биомеханика физических качеств человека***	*10*	*2*
Тема 5.1. **Биомеханика физических качеств человека**	Биомеханические основы выносливости. Утомление и биомеханические проявления. Основные пути повышения экономичности движений. Силовые качества и их биомеханическая обусловленность. Биомеханика скоростных и скоростно-силовых качеств. Градиент силы, скоростно-силовой индекс, коэффициент реактивности. Биомеханические характеристики гибкости. Активная и пассивная гибкость. Дефицит активной гибкости.	*2*	*2*
	Лабораторные работы: Биомеханические основы выносливости. Утомление и	4	

	биомеханические проявления. Основные пути повышения экономичности движений. Силовые качества и их биомеханическая обусловленность. Биомеханика скоростных и скоростно-силовых качеств. Градиент силы, скоростно-силовой индекс, коэффициент реактивности. Биомеханические характеристики гибкости. Активная и пассивная гибкость. Дефицит активной гибкости.		
	Самостоятельная работа: Физические качества - качественно различные стороны моторики человека. (Сообщения).	*2*	
Раздел 6	***Биомеханические основы технико-тактического мастерства***	*10*	*2*
Тема 6.1 **Биомеханические основы технико-тактического мастерства**	Основные показатели, предопределяющие технико-тактическое мастерство: объем, разносторонность, эффективность, рациональность и освоенность техники двигательных действий и тактики двигательной деятельности. Биомеханические проявления технико-тактического мастерства в различных видах физических упражнений и спорта.	*2*	*2*
	Лабораторные работы: Основные показатели, предопределяющие технико-тактическое мастерство: объем, разносторонность, эффективность, рациональность и освоенность техники двигательных действий и тактики двигательной деятельности. Биомеханические проявления технико-тактического мастерства в различных видах физических упражнений и спорта.	*4*	
	Самостоятельная работа: Биомеханические проявления технико-тактического мастерства в различных видах физических упражнений и спорта (На примерах конкретных видов спорта). (Сообщения).	*2*	
Раздел 7	***Биомеханические аспекты программированного обучения двигательным действиям***	*10*	*2*
Тема 7.1. **Физическое упражнение как двигательное действие и система движений.**	Система движений, ее состав, структура, смысловое содержание (фазовый и элементарный состав, общая цель двигательного действия, цели и задачи его отдельных фаз, биомеханическое обоснование оптимального варианта техники физического упражнения).	*1*	*2*
	Лабораторные работы: Система движений, ее состав, структура, смысловое содержание (фазовый и элементарный состав, общая цель двигательного действия, цели и задачи его отдельных фаз, биомеханическое обоснование оптимального варианта техники физического упражнения).	*2*	
	Самостоятельная работа: Система движений (сообщения).	*1*	
Тема 7.2. **Биомеханические**	Сущность педагогической кинезиологии. Биомеханическое моделирование техники и тактики (внешняя картина движений, биомеханические механизмы, обеспечивающие оптимизацию техники и тактики, совокупность зрительных и кинестетических	*1*	*2*

основы программированного обучения технике двигательных действий и тактике двигательной деятельности	ориентиров).		
	Лабораторные работы: Биомеханическое моделирование техники и тактики (внешняя картина движений, биомеханические механизмы, обеспечивающие оптимизацию техники и тактики, совокупность зрительных и кинестетических ориентиров).	*2*	
	Самостоятельная работа: Сущность педагогической кинезиологии. (сообщения).	*2*	
Раздел 8	***Биомеханика локомоций***	*18*	*2*
Тема 8.1. **Биомеханические основы физических упражнений, входящих в программу физического воспитания школьников**	Биомеханика (кинематика, динамика и энергетика) ходьбы, бега. Основные способы их оптимизации. Биомеханика (кинематика, динамика и энергетика) лыжных ходов. Оптимальные режимы передвижения на лыжах. Биомеханика плавания. Биомеханика прыжковых упражнений и переместительных действий. Биомеханика (кинематика, динамика и энергетика) различных способов плавания. Оптимизация техники и тактики плавания. Биомеханика (кинематика, динамика и энергетика) прыжковых упражнений. Основные способы их оптимизации. Кинематика метания гранаты и мяча. Топография работающих мышц. Оптимальные режимы метаний.	*4*	*2*
	Лабораторные работы: Биомеханика (кинематика, динамика и энергетика) различных видов спорта	*6*	
	Самостоятельная работа: Биомеханические аспекты двигательной деятельности в технико-эстетических видах спорта. Биомеханическое описание основных элементов двигательной деятельности в технико-эстетических видах спорта. Биомеханические особенности переместительных действий, локомоций, равновесий, движений вокруг осей. (Сообщения).	*4*	
	Всего:	**54**	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:
1 – узнавание (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебной дисциплины осуществляется в учебном кабинете анатомии, физиологии и гигиены человека.

Технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедийный проектор.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по дисциплине «Основы биомеханики».

Технические средства обучения:
- компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиапроектор;
- интерактивная доска с программным обеспечением, аудиовизуальные и телекоммуникационные средства;
- аудиторная мебель: столы, стулья для студентов – по количеству обучающихся;
- рабочее место для преподавателя.

4.2. Информационное обеспечение:

Основная литература

1. Комарова, Н. А. Биомеханика двигательной деятельности : учебное пособие / Н. А. Комарова, И. В. Шиндина. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2017. — 113 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/163488

Дополнительная литература

1. Загревский, В. И. Биомеханика физических упражнений : учебное пособие / В. И. Загревский, О. И. Загревский. — Томск : ТГУ, 2018. — 262 с. — ISBN 978-5-94621-685-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/112890

2. Начинская С.В., Степанова О.Н. Биомеханика двигательных действий: расчетно-графические работы. - М.: Прометей, 2014.

3. Померанцев, А. А. Исследования по спортивной биомеханике с применением оптико-электронных методов регистрации параметров движения : монография / А. А. Померанцев. — Липецк : Липецкий ГПУ, 2018. — 233 с. — ISBN 978-5-88526-920-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/122443

4. Туктамышев, В. С. Силы инерции в задачах биомеханики : учебное пособие / В. С. Туктамышев, Ю. И. Няшин. — Пермь : ПНИПУ, 2017. — 68 с. — ISBN 978-5-398-01707-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/160924

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

РГППУ, реализующий подготовку по учебной дисциплине, обеспечивает организацию и проведение промежуточной аттестации и текущего контроля индивидуальных образовательных достижений – демонстрируемых студентами знаний, умений и навыков.

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения студентами индивидуальных творческих заданий, проектов, исследований, решения проблемных задач.

Освоение учебной дисциплины завершается промежуточной аттестацией, которую проводит педагог.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
Уметь:	
- применять знания по биомеханике при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности; - проводить биомеханический анализ двигательных действий.	Выполнение самостоятельных работ обучающихся. Тестирование, сообщения.
Знать:	
- основы кинематики и динамики движений человека; - биомеханические характеристики двигательного аппарата человека; - биомеханику физических качеств человека; - половозрастные особенности моторики человека; - биомеханические основы физических упражнений, входящих в программу физического воспитания обучающихся.	Выполнение лабораторных работ. Выполнение тестовых заданий, самостоятельных работ обучающихся.

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и профессиональную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Понимает значимость освоения образовательной программы для дальнейшей профессиональной деятельности	Наблюдение, опрос. Наблюдение за процессами оценки и самооценки
	Планирует трудоустройство по профессии	Наблюдение, опрос, собеседование
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	Эффективно организует собственную деятельность	Наблюдение за организацией деятельности на занятиях
	Выбирает эффективные способы решения в зависимости от профессиональной задачи Аргументирует выбор способа решения профессиональной задачи	Наблюдение за организацией деятельности
	Анализирует эффективность способа и результат решения профессиональной задачи	Наблюдение за организацией деятельности
ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	Анализирует профессиональную ситуацию и определяет возможные риски	Наблюдение за организацией деятельности
	Фиксирует нестандартную профессиональную ситуацию. Демонстрирует готовность к решению нестандартных ситуаций. Определяет возможные способы решения нестандартной ситуации Выбирает наиболее оптимальный способ решения, аргументирует выбор способа	Наблюдение за организацией деятельности
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	Использует разнообразные источники информации (учебно-методические пособия, периодическая печать, Интернет и т.д.) Подбирает необходимое количество источников информации в соответствии с профессиональной задачей	Наблюдение за организацией работы с информацией Подготовка сообщений по учебной дисциплине.
	Систематизирует, обобщает имеющуюся информацию, Сопоставляет точки зрения различных авторов, Делает выводы,	Подготовка сообщений по учебной дисциплине. Защита проектов

	Определяет свою позицию по проблеме, аргументирует ее.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности	Использует мультимедийные средства в профессиональной деятельности (ПК, мультимедиа-проектор, интерактивная доска). Использует в профессиональной деятельности программное обеспечение (презентации, фотошоп и т.д.)	Наблюдение за поведением на занятии. Зачет по учебной дисциплине,
ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами.	Устанавливает контакт с членами группы. Организует совместную деятельность, является ее активным участником, Определяет свою позицию в зависимости от группы и ситуации, Принимает личность каждого члена группы, учитывает позицию каждого участника	Наблюдение за процессом взаимодействия.
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса	Определяет цель деятельности в соответствии с требованиями к построению цели, Соотносит цель с планируемым результатом, Формулирует цель деятельности конкретную, точную, достижимую	Защита проекта Работа на занятиях
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Владеет способами личностной рефлексии. Определяет возможности развития на основании самоанализа сформированности профессиональных компетенций.	Заслушивание устных ответов и сообщений. Защита проекта
ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологии.	Определяет цель деятельности в соответствии с требованиями к построению цели, Соотносит цель с планируемым результатом.	Наблюдение за работой на занятиях
ОК.10. Осуществлять профилактику	Определяет особенности поведения различных	Защита проекта Работа на занятиях

травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.	возрастных групп населения в норме и патологии, занимающихся физической культурой и спортом. Применяет гигиенические знания при оценке окружающей среды и создании оптимальных условий для занятий физической культурой и спортом. Определяет и использует методы укрепления здоровья, с учетом возрастно-половых особенностей занимающихся.	
ОК 11.Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм.	Может организовать профессиональную деятельность с соблюдением нормативно – правовых документов.	Наблюдение за работой на занятиях
ОК 12. Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.	Применяет полученные гигиенические знания при освоении базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.	Защита проекта Работа на занятиях
ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия.	Определяет цель, и задачи учебных занятий осуществляет планирование в соответствии с гигиеническими требованиями, предъявляемыми к их проведению.	Опрос, работа на занятии
ПК 1.2. Проводить учебные занятия по физической культуре	Применяет гигиенические знания при проведении учебных занятий по физической культуре.	Опрос, работа на занятиях.
ПК 1.3. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения.	Может осуществлять педагогический контроль с целью оценки процесса и результатов деятельности учения.	Зачет по учебной дисциплине