**Аннотация рабочей программы учебной дисциплины**

«Основы биомеханики» для СПО

по специальности 49.02.01 Физическая культура, углубленная подготовка

Рабочая программа учебной дисциплины соответствует требованиям ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура, углубленная подготовка.

**Цель** изучения дисциплины «Основы биомеханики» - повышение эффективности двигательных действий человека, предупреждение травм при выполнении двигательных действий и уменьшение их последствий.

Данная цель может быть достигнута в процессе решения следующих **задач:**

1. Разработка биомеханических критериев и оценка двигательных действий спортсменов с точки зрения их эффективности в решении двигательной задачи.
2. Разработка новых вариантов техники и оценка их эффективности.
3. Моделирование новых двигательных действий и оценка возможности их выполнения человеком.
4. Разработка биомеханически целесообразных тренажеров для занятий физической культурой и спортом.
5. Разработка и улучшение спортивного снаряжения, повышающего эффективность двигательных действий.
6. Оценка правильности существующей техники и выявление ошибок, которые могут привести к травмам.
7. Разработка снаряжения спортсмена, способствующего предупреждению и устранению травм.

В результате освоения дисциплины «Основы биомеханики» у студентов формируется необходимый ряд компетенций, знаний и навыков.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**

* Применять знания по биомеханике в профессиональной деятельности;
* Проводить биомеханический анализ двигательных действий.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся 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.

Учебная дисциплина «Основы биомеханики» направлена на формирование и развитие у обучающихся следующих общих и профессиональных компетенций:

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 коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

**Наименование разделов дисциплины:**

Тема 1. Предмет и история развития биомеханики

Тема 2. Механическое описание двигательной деятельности

Тема 3. Биомеханика опорно- двигательного аппарата человека

Тема 4. Основы биомеханического контроля

Тема 5. Биомеханические особенности моторики человека

Тема 6. Биомеханические аспекты формирования и совершенствования двигательных действий

Тема 7. Биомеханические основы физических упражнений, входящих в программу физического воспитания школьников

Преподавание предусматривает следующие формы организации учебного процесса: лекции, практические занятия, самостоятельная работа студентов. Программой дисциплины предусмотрен промежуточный контроль в форме дифференцированного зачета.

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды учебной работы:

|  |  |
| --- | --- |
| Вид учебной работы | Объем часов |
| Максимальная учебная нагрузка (всего): | 66 |
| Обязательная аудиторная нагрузка (всего): | 44 |
| Самостоятельная работа обучающегося (всего): | 22 |

Преподаватель А.Ф. Масуми