Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Карпенко Виктор Николаевич
Должность: Заведующий кафедрой хореографии
Дата подписания: 29.06.2023 16:25:56
Уникальный программный ключ:
556ac330a007d1546f3d1adac07c076812a3e436

Министерство культуры Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КРАСНОДАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ»
Факультет народной культуры
Кафедра хореографии

УТВЕРЖДАЮ
зав. кафедрой хореографии
_ _ _ В.Н. Карпенко
22 марта 2023 г. Пр №9

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Б1.В.ДВ.01.06 Биомеханика двигательной деятельности

Направления подготовки (профиль):	51.03.02 Народная художественная культура (Руководство хореографическим любительским коллективом)

Форма обучения – очная, заочная

Краснодар
2023

Рабочая программа предназначена для преподавания дисциплины «Биомеханика двигательной деятельности» студентам очной и заочной формы обучения по направлению подготовки – Народная художественная культура.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки Народная художественная культура, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 декабря 2017 г. приказ N 1178 основной образовательной программой.

Рецензенты:

Заслуженная артистка России,
главный балетмейстер государственного
концертного ансамбля танца и песни
«Кубанская казачья Вольница» И.Ю. Кубарь

Заслуженный работник культуры РФ
Доцент кафедры хореографии Л.М. Широкова

Составитель:
В.Н. Карпенко, кандидат пед. наук, доцент
И.А. Карпенко Заслуженный работник культуры РФ, профессор

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры хореографии «22» марта 2023 года, протокол № 8

Зав. кафедрой хореографии В.Н. Карпенко

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена и рекомендована к использованию в учебном процессе Учебно-методическим советом ФГБОУ ВО КГИК «30» марта, 2023 г. протокол № 8.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения дисциплины 4
2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО 4
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине 4
4. Структура и содержание и дисциплины 5
4.1. Структура дисциплины: 5
4.2. Тематический план освоения дисциплины по видам учебной деятельности и виды самостоятельной (внеаудиторной) работы 5
5. Образовательные технологии 8
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации 8
6.1. Контроль освоения дисциплины 8
6.2. Фонд оценочных средств 9
7. Учебно-методическое и информационно обеспечение дисциплины (модуля) 11
7.1. Основная литература 11
7.2. Дополнительная литература 11
7.3. Методические указания и материалы по видам занятий 12
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) 12
9. Дополнения и изменения к рабочей программе учебной дисциплины (модуля) 13

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью дисциплины является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры,

спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- воспитание у студентов высоких моральных, волевых и физических качеств, готовности к высокопроизводительному труду;
- сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения;
- всесторонняя физическая подготовка студентов;
- профессионально - прикладная физическая подготовка студентов с учётом особенностей их будущей трудовой деятельности;
- приобретение студентами необходимых знаний по основам теории, методики и организации физического воспитания и спортивной тренировки, подготовка к работе в качестве общественных инструкторов, тренеров и судей;
- совершенствования спортивного мастерства студентов - спортсменов;
- воспитание у студентов убеждённости в необходимости регулярно заниматься физической культурой и спортом.

Процесс обучения организуется в зависимости от состояния здоровья, уровня физического развития и подготовленности студентов, их спортивной квалификации, а также с учётом условий и характера труда их предстоящей профессиональной деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина относится к «Элективным дисциплинам по физической культуре и спорту» части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1 «Дисциплины (модули)». Осваивается на 3 курсе (5, 6 семестрах).

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

В результате освоения дисциплины обучающиеся должны демонстрировать следующие результаты.

Наименование компетенций	Индикаторы сформированности компетенций		
	знать	уметь	владеть
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	теоретико-методические и организационные основы физической культуры и спорта средства, методы и методические приемы организации физического воспитания с различной функциональной направленностью основы техники безопасности и профилактики травматизма на занятиях по физической культуре и спорту	использовать личный опыт физкультурно-спортивной деятельности для повышения своих функциональных и двигательных возможностей, для достижения личных жизненных и профессиональных целей содержание самостоятельных тренировочных занятий с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма	опытом применения практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развития и совершенствования психофизических способностей и качеств опытом творческого применения физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей

4. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы (112 часов). Дисциплина реализуется в 5,6 семестрах. Форма промежуточной аттестации – зачет 6 семестре.

4.1. Структура дисциплины

По очной форме обучения

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости *(по неделям семестра)* Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
				Л	ПЗ	ИЗ	СР	
1	**Введение в дисциплину**	5	1-18		48		6	Устный опрос
2	**Общие вопросы возрастной анатомии и физиологии человека**	6	1-18		54		4	Устный опрос

По заочной форме обучения

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости *(по неделям семестра)* Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
				Л	ПЗ	ИЗ	СР	
1	**Введение в дисциплину**	5			12		42	Устный опрос
2	**Общие вопросы возрастной анатомии и физиологии человека**	6			12		46	Устный опрос

4.2. Тематический план освоения дисциплины по видам учебной деятельности и виды самостоятельной (внеаудиторной) работы

По очной форме обучения

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	Объем	Формируемые

	(темы, перечень раскрываемых вопросов): лекции, практические занятия (семинары), индивидуальные занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа	часов /з.е.	компетенции (по теме)
1	**2**	**3**	**4**
3 КУРС **Раздел 1. Введение в дисциплину**			
Тема 1. Организационные основы физической культуры и спорта Введение анатомии, физиологии и медицины в хореографическое образование.	Лекции:		УК-7
	Практические занятия: Связь анатомии, физиологии и биомеханики с другими биологическими науками и их место в комплексе медицинских наук. Составные разделы анатомии, физиологии и биомеханики человека. Общеобразовательное и прикладное значение анатомии, физиологии в системе подготовки бакалавров хореографического искусства Единство человеческого организма и основные структурные уровни его организации: клетка, ткань, структурно-функциональная единица органа, орган, система органов, аппарат органов. Понятие о конституции человека, особенности телосложения мужского и женского организма.	48	
	Самостоятельная работа	6	
Раздел 2. Общие вопросы возрастной анатомии и физиологии человека			
Тема 2. Содержание самостоятельных тренировочных занятий с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма	Лекции:		УК-7
	Практические занятия: Влияние механических нагрузок на рост костей. Классификация суставов. Форма, оси движения в суставах. Факторы, укрепляющие суставы и обуславливающие подвижность в соединение костей. Функциональная зависимость между формой сустава, соотношением суставных поверхностей и объемом (размахом) движений.	54	

	Самостоятельная работа	4	

Примерная тематика курсовой работы *(если предусмотрено)*		
Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой *(если предусмотрено)*		
Вид итогового контроля - зачет		
ВСЕГО:	112	

По заочной форме обучения

Наименование разделов и тем	**Содержание учебного материала (темы, перечень раскрываемых вопросов): лекции, практические занятия (семинары), индивидуальные занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа**	**Объем часов /з.е.**	**Формируемые компетенции (по теме)**
1	**2**	**3**	**4**
3 КУРС **Раздел 1. Введение в дисциплину**			
Тема 1. Организационные основы физической культуры и спорта Введение анатомию, физиологию и медицину в хореографии.	Лекции:		УК-7
	Практические занятия: Связь анатомии, физиологии и биомеханики с другими биологическими науками и их место в комплексе медицинских наук. Составные разделы анатомии, физиологии и биомеханики человека. Общеобразовательное и прикладное значение анатомии, физиологии в системе подготовки бакалавров хореографического искусства Единство человеческого организма и основные структурные уровни его организации: клетка, ткань, структурно-функциональная единица органа, орган, система органов, аппарат органов. Понятие о конституции человека, особенности телосложения мужского и женского организма.	12	
	Самостоятельная работа	42	

Раздел 2. Общие вопросы возрастной анатомии и физиологии человека			
Тема 2. Содержание самостоятельных тренировочных занятий с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма	Лекции:		УК-7
	Практические занятия: Влияние механических нагрузок на рост костей. Классификация суставов. Форма, оси движения в суставах. Факторы, укрепляющие суставы и обуславливающие подвижность в соединение костей. Функциональная зависимость между формой сустава, соотношением суставных поверхностей и объемом (размахом) движений.	12	
	Самостоятельная работа	46	

Примерная тематика курсовой работы *(если предусмотрено)*		
Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой *(если предусмотрено)*		
Вид итогового контроля - зачет		
ВСЕГО:	112	

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Рекомендуемые образовательные технологии, используемые при реализации различных видов учебной работы данной дисциплины:
разбор конкретных ситуаций,

- создание ситуаций творческого поиска,
- разработка и использование мультимедийных пособий и программ,
- • моделирование учебных ситуаций,
- деловые и ролевые игры,
- • участие в международных научных конференциях,
- написание научных статей, рефератов,
- встреча с российскими и зарубежными специалистами

6 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

6.1. Контроль освоения дисциплины

Контроль освоения дисциплины производится в соответствии с Положением о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов ФГБОУ ВО «Краснодарский государственный институт культуры». Программой дисциплины в целях проверки прочности усвоения материала предусматривается проведение различных форм контроля.

Текущий контроль успеваемости студентов по дисциплине производится в следующих формах:

- устный опрос;
- письменные индивидуальные задания (для заочной формы обучения).

Рубежный контроль предусматривает оценку знаний, умений и навыков студентов по пройденному материалу по данной дисциплине на основе текущих оценок, полученных ими на занятиях за все виды работ. В ходе рубежного контроля используются следующие методы оценки знаний:

- студентов устные ответы
- оценка выполнения самостоятельной работы
- письменные работы
- практические работы
- работа с первоисточниками
- исследовательская работа (выполнение заданий в форме реализации НИРС)

Промежуточный контроль по результатам семестра по дисциплине проходит в форме зачета в 6 семестре.

6.2. Фонд оценочных средств

6.2.1. Примеры тестовых заданий (ситуаций) – не предусмотрены.

6.2.2. Контрольные вопросы для проведения текущего контроля

Задания для самостоятельной работы:

1. Изучить особенности трактовки организма человека в современных учебниках по анатомии, физиологии.
2. Составить схему наиболее «нагружаемых» органов и систем организма человека непосредственно в балетной практике.
3. Изучить использование понятия «гомеостаза» в смежных научных дисциплинах;
4. Выявить наиболее нагружаемые звенья скелета человека в процессе движения.
5. Изучить особенности формирования связок в возрастном аспекте.
6. Изучить более глубоко строение мышечной ткани, как наиболее нагружаемой структуры в практике балета.
7. Определите роль поперечно-полосатых мышц в движениях человека.
8. Понятие локомоций, их классификация.
9. Изучить и обосновать роль нервной системы в движениях человека; Обосновать влияние нервной системы на динамические и статические движения и позы человека.
10. Изучить функции крови и сделать схему свойств форменных элементов крови. Выявить их влияние на жизнедеятельность человека
11. Определите роль дыхания в движениях человека.
12. Аэробные и анаэробные двигательные действия.
13. Упражнения на укрепление мышц дыхательного аппарата при фиксации положения вдоха.
14. Упражнения на координацию движений с дыханием.
15. Изучить состав пищевых компонентов.
16. Дать характеристику водно-солевого обмена.
17. Изучить состав наиболее распространенных витаминных комплексов; охарактеризовать поливитамины
18. Изучить определение «тренированности» и охарактеризовать ее с позиции балетной практики.
19. Изучить особенности заболеваний суставов в практике медицины с позиции возрастной физиологии.
20. Изучить правила наложения тугих повязок при травмах суставов, наложение повязок при повреждениях кожи.

6.2.3. Тематика эссе, рефератов, презентаций тематика эссе:

1. Анатомо-профессиональные особенности костей стопы у артистов балета. Оказание-первой доврачебной медицинской помощи при травмах стопы.
2. Анатомия голеностопного сустава. Повреждения и заболевания голеностопного сустава у артистов балета. Их профилактика и реабилитация.

3. Анатомия голени. Профилактика заболеваний голени у артистов балета.
4. Анатомия коленного сустава. Профилактика и реабилитация повреждений и заболеваний коленного сустава у артистов балета.
5. Оказание первой доврачебной медицинской помощи при травмах нижней конечности.
6. Оказание первой доврачебной медицинской помощи при травмах верхней конечности.
7. Позвоночный столб. Анатомо-профессиональные особенности позвоночника у арти-стов балета. Методы укрепления мышц спины.
8. Большой и малый круг кровообращения. Виды кровотечений. Оказание первой доврачебной медицинской помощи при кровотечениях.
9. Анатомия сердечно-сосудистой системы. Влияние алкоголя и курения на сердечнососудистую систему.
10. Анатомия дыхательной системы. Регуляция дыхания. Принципы оценки функционального состояния системы внешнего дыхания.
11. Дыхание и движение. Учимся правильно дышать.
12. Роль анализаторов для двигательной деятельности артистов балета. Перенапряжение центральной нервной системы.
13. Анатомия сердца. Принципы оценки функционального состояния сердечнососудистой системы.
14. Физиологические резервы организма, их характеристика и классификация.
15. Физиологические особенности среднего школьного возраста и их адаптация к физическим нагрузкам.
16. Физическая работоспособность. Исследование и оценка физической работоспособности.
17. Переутомление. Перенапряжение основные клинические формы физического перена-пряжения.
18. Хроническое физическое перенапряжение сердечно-сосудистой системы.
19. Физическое перенапряжение системы пищеварения.
20. Физическое перенапряжение опорно-двигательного аппарата.

6.2.4. Вопросы к зачету по дисциплине.

1. Пищеварительная система: положение и функциональное значение.
2. Мочевыделительная система: состав органов, функции. Строение, положение, функции почки.
3. Половые органы мужского организма: состав органов, функциональное значение.
4. Половые органы женского организма: состав органов, функции.
5. Головной мозг: положение, отделы, желудочки головного мозга.
6. Симпатическая часть вегетативной нервной системы: строение, иннервация органов.
7. Парасимпатическая часть вегетативной нервной системы: отделы, центры, нервы, иннервация органов.
8. Обонятельный и вкусовой анализаторы: локализация, функции.
9. Орган зрения: общий план строения.
10. Орган равновесия и слуха: общий план строения.
11. Строение и функции сердечно-сосудистой системы.
12. Таз в целом. Кости свободной нижней конечности.
13. Кости свободной верхней конечности. Скелет туловища.
14. Круги кровообращения.
15. Анатомо-физиологические особенности голосового аппарата.
16. Мышечная система: строение, функции.
17. Строение и функции костной системы, строение суставов.
18. Мышцы спины: расположения, функции. Мышцы груди.

19. Мышцы живота. Мышцы верхней конечности.
20. Особенности строения щитовидной и паращитовидной желез.
21. Особенности строения поджелудочной железы и надпочечников.
22. Минеральный и водный обмен.
23. Энергетический обмен. Обмен белков, жиров, углеводов.
24. Основные анатомические понятия: клетка, ткань, орган, система органов.
25. Оказание первой медицинской помощи при кровотечениях.
26. Оказание первой медицинской помощи при переломах и травмах конечностей.
27. Оказание первой медицинской помощи при остановке дыхания, признаки биологической смерти. Реанимационные мероприятия.
28. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата.
29. Сердце: расположение, камеры, клапаны. Функции сердца, механизм сокращения сердца.
30. Спинной мозг: положение, функции.
31. Дыхательные пути: функциональные особенности носовой части глотки, гортани, трахеи, бронхов. Механизм вдоха и выдоха.
32. Строение, положение, функции легких. Значение плевры. Дыхательные объемы легких.
33. Возрастные особенности сердечно-сосудистой и дыхательных систем.
34. Состав крови. Форменные элементы крови.

6.2.5. Примерная тематика курсовых работ не предусмотрена.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Рекомендуемая учебная литература (основная).

	Наименование
	7.1. Основная литература
1	Гройсман, А. Л. Анатомия и физиология человека с элементами балетной медицины : учебное пособие. Ч. 1. Анатомия и физиология / А. Л. Гройсман, А. Н. Иконникова. – Москва : Когито-Центр, 2006. – 95 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=144945 (дата обращения: 17.05.2023). – Текст : электронный.
2	Гусев, С. И. Анатомия, физиология, биодинамика : практикум по направлению подготовки 52.03.02 «Хореографическое исполнительство» / С. И. Гусев ; Кемеровский государственный институт культуры. – Кемерово : Кемеровский государственный институт культуры, 2021. – 121 с. : ил – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=696956 (дата обращения: 17.05.2023). – Текст : электронный.
3	Ивлева, Л. Д. Анатомо-физиологические основы обучения хореографии : учебно-методическое пособие / Л. Д. Ивлева, А. В. Куклин ; Челябинская государственная академия культуры и искусств, Хореографический факультет, Кафедра педагогики хореографии. – Челябинск : Челябинская государственная академия культуры и искусств, 2006. – 79 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=491984 (дата обращения: 17.05.2023). – Текст : электронный.
	7.2. Дополнительная литература
1	Латаш, М. Л. Физика живого движения и восприятия / М. Л. Латаш ; пер. с англ. А. Семенова. – Москва : Когито-Центр, 2020. – 358 с. : ил. – (Код непредсказуемости). – Режим доступа: по подписке. – URL:

	https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=696491 (дата обращения: 17.05.2023). – Текст : электронный.
2	**Карпенко, В. Н.** Основы безопасности жизнедеятельности и охраны труда в хореографии : учебное пособие для студентов учебных заведений, реализующих программу среднего профессионального образования по укрупненной группе специальностей 52.02.00 "Сценические искусства и литературное творчество" / В. Н. Карпенко, И. А. Карпенко, Ж. Багана. – Москва : ИНФРА-М, 2021. – 139, [1] с. – (Среднее профессиональное образование). – Текст (визуальный) : непосредственный.

7.3.Периодические издания

1. Газета «Культура»
2. Газета «Экран и сцена»
3. Журнал «Academia: Танец. Музыка. Театр. Образование.»
4. Журнал «Балет»
5. Журнал «Вопросы культуры»
6. Журнал «Искусство»
7. Журнал «Культурная жизнь Юга России»
8. Журнал «Народное творчество: личность, искусство, время»
9. Журнал «Обсерватория культуры»
10. Журнал «Педагогика»
11. Журнал «Справочник руководителя учреждения культуры»
12. Журнал «Творчество народов мира»
13. Журнал «Традиционная культура»
14. Журнал «Человек»
15. Журнал «Этнографическое обозрение»
16. Журнал «Я вхожу в мир искусств»

7.4. Интернет-ресурсы

Информационно-поисковые системы сети Интернет, в том числе Yandex, Google, Yahoo, Rambler и др.; электронные каталоги и ресурсы web-сайтов отечественных и зарубежных библиотек

- Microsoft Office,
- Internet Explorer,
- MozillaFirefox.

7.5. Программное обеспечение

Компьютеры, справочные системы, энциклопедические издания, выход в сеть Интернет, мультимедийный проектор, экран, аудио и видео сопровождение курса.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

При освоении дисциплины необходима учебная коллекция таблиц слайдов и видеофильмов по анатомии, физиологии, биомеханике, оказания неотложной медицинской помощи, по десмургии, иммобилизации конечностей.

Материально-техническая база соответствует действующим санитарно-техническим нормам и обеспечивает проведение всех видов практической, дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, научно-исследовательской и творческой работы студентов.

9. Дополнения и изменения к рабочей программе учебной дисциплины (модуля)

_____

на 20____ -20_____ уч. год

В рабочую программу учебной дисциплины вносятся следующие изменения:

- _____;
- _____;
- _____.

Дополнения и изменения к рабочей программе рассмотрены и рекомендованы на заседании кафедры _____

Протокол №__ от «____» _____ 20___г.

Исполнитель(и):

_____/_____/_____/_____

(должность) (подпись) (Ф.И.О.) (дата)

_____/_____/_____/_____

(должность) (подпись) (Ф.И.О.) (дата)

Заведующий кафедрой

_____/_____/_____/_____

(наименование кафедры) (подпись) (Ф.И.О.) (дата)