



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

S/N: 23D16332

Владелец: Кудешин М.Г.

Должность: И.о. ректора

E-mail: kuleshin.mg@sspi.ru

Организация: ГБОУ ВО ССПИ

Дата подписания: 19.05.2023

Действителен: с 04.05.2023 до 04.05.2026

Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»

Кафедра народного творчества и хореографического искусства

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

С.П. Клеменчук

протокол № 9

от 05.05.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Биомеханика**

(наименование учебной дисциплины)

**Уровень основной образовательной программы**

бакалавриат

**Направление(я) подготовки (специальность)**

44.03.01 Педагогическое образование

**Форма обучения**

заочная

**Срок освоения**

4 лет 6 месяцев

**Кафедра**

народного творчества и хореографического искусства

**Год начала**

**подготовки**

2020

Ставрополь, 2023 г.

Программу составил(-и): доцент, Сляднев Александр Алексеевич

Рабочая программа дисциплины "Биомеханика" разработана в соответствии с ФГОС: Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121).

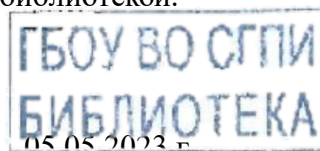
Рабочая программа дисциплины составлена на основании учебного плана: 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденного учёным советом вуза от 12.05.2023, протокол № 6.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры народного творчества и хореографического искусства от 05.05.2023 г., протокол № 9 для исполнения в 2023-2024 учебном году.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ С.П. Клеменчук

Рабочая программа дисциплины согласована с заведующим библиотекой.

Зав. библиотекой \_\_\_\_\_ Фролова Т.А.



Срок действия рабочей программы дисциплины: 2023-2024 учебный год.

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

на основе системно-структурного и междисциплинарного подхода к познанию двигательной активности, о качественном биомеханическом анализе двигательных действий сформировать у студентов представление о человеке как биомеханической системе с расширенной характеристикой опорно-двигательного аппарата и основных функций его элементов

## 2. ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

- понимание прикладного применения знаний по биомеханики и кинезиологии спорта подготовке к профессиональной деятельности;
- знание научно-биологических, педагогических и практических основ функционирования опорно-двигательного аппарата;
- овладение системой познания упражнения для развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессиональной деятельности;
- формирование у обучающихся компетенций, установленных федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по соответствующему направлению подготовки и ОПОП.

## 3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ООП: | Б1.В

### 3.1. Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Безопасность жизнедеятельности

Биохимия

Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Гандбол

Гимнастика

Здоровьесберегающие технологии в образовательных учреждениях

Легкая атлетика

Лечебная физическая культура и массаж

Основы медицинских знаний

Основы научно-исследовательской деятельности

Подвижные игры

Спортивная медицина

Спортивные сооружения

Теория физической культуры и спорта

Учебная (ознакомительная) практика 2

Физиология физического воспитания и спорта

Физическая культура и спорт

### 3.2. Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Атлетическая гимнастика

Бадминтон

История физической культуры и спорта

Методика оздоровительной физической культуры

Методика спортивной тренировки

Музыкально-ритмическое воспитание

Общая физическая подготовка допризывника

Оздоровительный фитнес

Олимпийское образование

Организационно-методические основы комплекса ГТО

Организация дополнительного образования в области физической культуры
Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий
Основы военной службы
Теория и методика этноспорта
Технологии оздоровительной физической культуры для лиц с ограниченными возможностями здоровья
Туризм и спортивное ориентирование

#### 4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<b>ПК-3</b> Способен реализовывать образовательные программы различных	ПК-3.1 Проектирует результаты обучения и воспитания в соответствии с нормативными
<b>УК-7</b> Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для	УК-7.1 Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

<b>знать:</b>	<b>уметь:</b>	<b>владеть:</b>
<p>- знает и анализирует общие особенности воздействия физических упражнений на организм занимающихся, основы организации физкультурно-спортивной деятельности с учетом биомеханики.</p> <p>- знает и анализирует общие особенности воздействия физических упражнений на организм занимающихся, основы организации физкультурно-спортивной деятельности с учетом биомеханики.</p>	<p>- овладение системой познания упражнения для развития и совершенствования психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте</p> <p>- знает и анализирует общие особенности воздействия физических упражнений на организм занимающихся, основы организации физкультурно-спортивной деятельности с учетом биомеханики.</p> <p>- овладение системой познания упражнения для развития и совершенствования психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре и спорте</p>	<p>- подирает комплексы физических упражнений с учетом воспитательных задач</p> <p>- составляет биомеханический анализ технологии обучения физического упражнения, комплексы движений в зависимости от необходимости развития профессиональных физических качеств</p>
<b>5. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ</b>		

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные (-ых) единицы (-ы) (72), включая промежуточную аттестацию.

Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	3		Итого	
	УП	РП		
Лекции	2	2	2	2
Практические	6	6	6	6
Контактная работа (Эк, Зч, ЗчО)	0,3	0,3	0,3	0,3
Итого ауд.	8	8	8	8
Контактная работа	8,3	8,3	8,3	8,3
Сам. работа	63,7	63,7	63,7	63,7
Итого	72	72	72	72

### 6. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО РАЗДЕЛАМ (ТЕМАМ) И ВИДАМ ЗАНЯТИЙ

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1					
1.1	Теория биомеханики двигательных действий /Тема/	3	0			
1.2	/Лек/	3	2	УК-7.1 ПК-3.1		
1.3	/Ср/	3	10	УК-7.1 ПК-3.1		
1.4	Кинематика двигательных действий /Тема/	3	0			
1.5	/Пр/	3	2	УК-7.2 ПК-3.2		
1.6	/Ср/	3	10	УК-7.2 ПК-3.2		
1.7	Биомеханические особенности моторики человека /Тема/	3	0			
1.8	/Пр/	3	2	УК-7.3 ПК-3.2		
1.9	/Ср/	3	20	УК-7.3 ПК-3.2		
1.10	Биомеханика формирования и совершенствования двигательных действий. /Тема/	3	0			
1.11	/Пр/	3	2	УК-7.4		
1.12	/Ср/	3	23,7	УК-7.4		
1.13	Зачет /Тема/	3	0			
1.14	/КПА/	3	0,3	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3 УК-7.4 ПК-3.1 ПК-3.2		

Планы проведения учебных занятий отражены в оценочных материалах (Приложение 2.).

### 7. КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль качества освоения учебного материала по дисциплине проводится в форме текущего

контроля успеваемости и промежуточной аттестации в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ГБОУ ВО СГПИ и его филиалах».

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы используются оценочные материалы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестаций (Приложение 2).

<b>Уровень сформированности компетенции</b>			
<b>не сформирована</b>	<b>сформирована частично</b>	<b>сформирована в целом</b>	<b>сформирована полностью</b>
<b>«Не зачтено»</b>	<b>«Зачтено»</b>		
<b>«Неудовлетворительно»</b>	<b>«Удовлетворительно»</b>	<b>«Хорошо»</b>	<b>«Отлично»</b>
<b>Описание критериев оценивания</b>			
<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- существенные пробелы в знаниях учебного материала;</li> <li>- допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий;</li> <li>- непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета;</li> <li>- отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины;</li> <li>- отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.</li> </ul>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знания теоретического материала;</li> <li>- неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов;</li> <li>- неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы;</li> <li>- недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины;</li> <li>- умение без грубых ошибок решать практические задания.</li> </ul>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала;</li> <li>- твердые знания теоретического материала.</li> <li>- способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития;</li> <li>- правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы;</li> <li>- умение решать практические задания, которые следует выполнить;</li> <li>- владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины;</li> <li>Возможны незначительные неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на дополнительные</li> </ul>	<p>Обучающийся демонстрирует:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала;</li> <li>- полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий;</li> <li>- способность устанавливать и объяснять связь практики и теории;</li> <li>- логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора;</li> <li>- умение решать практические задания;</li> <li>- наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам;</li> <li>- свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной</li> </ul>

		вопросы.	основной дополнительной литературы.	и
<b>8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ</b>				

Учебно-методическое обеспечение дисциплины включает рабочую программу дисциплины, методические материалы, оценочные материалы.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает: учебники, учебные пособия, электронные образовательные ресурсы, методические материалы.

Самостоятельная работа обучающихся является формой организации образовательного процесса по дисциплине и включает следующие виды деятельности: поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций, электронным учебником, со словарями и справочниками и др. источниками информации (конспектирование); составление плана и тезисов ответа; подготовка реферата; выполнение творческих заданий и проблемных ситу-аций; подготовка к коллоквиуму, собеседованию, практическим занятиям; подготовка к зачету и экзамену.

<b>9. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ</b>				
<b>9.1. Рекомендуемая литература</b>				
<b>9.1.1. Основная литература</b>				
Л.1.1	Стеблецов Е. А., Болдырев И. И. Биомеханика [Электронный ресурс]:учебник для вузов. - Москва: Юрайт, 2022. - 160 с – Режим доступа: <a href="https://urait.ru/bcode/496658">https://urait.ru/bcode/496658</a>			
Л.1.2	Стеблецов Е. А., Болдырев И. И. Биомеханика [Электронный ресурс]:учебник для вузов. - Москва: Юрайт, 2020. - 160 с – Режим доступа: <a href="https://urait.ru/bcode/466427">https://urait.ru/bcode/466427</a>			
Л.1.3	Стеблецов Е. А., Болдырев И. И. Биомеханика [Электронный ресурс]:учебник для вузов. - Москва: Юрайт, 2023. - 160 с – Режим доступа: <a href="https://urait.ru/bcode/519685">https://urait.ru/bcode/519685</a>			
Л.1.4	Комарова Н. А., Шиндина И. В. Биомеханика двигательной деятельности [Электронный ресурс]:. - Саранск: МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2017. - 113 с. – Режим доступа: <a href="https://e.lanbook.com/book/163488">https://e.lanbook.com/book/163488</a>			
Л.1.5	Карпеев А. Г., Курнакова Н. П., Коновалов Г. А. Биомеханика спортивных и физических упражнений [Электронный ресурс]:учебное пособие. - Омск: СибГУФК, 2014. - 148 с. – Режим доступа: <a href="https://e.lanbook.com/book/107577">https://e.lanbook.com/book/107577</a>			
Л.1.6	Коршиков В. М., Померанцев А. А. Биомеханика [Электронный ресурс]:учебное пособие. - Липецк: Липецкий ГПУ, 2019. - 95 с. – Режим доступа: <a href="https://e.lanbook.com/book/126967">https://e.lanbook.com/book/126967</a>			
Л.1.7	Джалилов А. А., Меркурьев К. Л. Биомеханика двигательной деятельности [Электронный ресурс]:практикум по лабораторным работам. - Тольятти: ТГУ, 2013. - 27 с. – Режим доступа: <a href="https://e.lanbook.com/book/140210">https://e.lanbook.com/book/140210</a>			
<b>10.1 Интернет-ресурсы (базы данных, информационно-справочные системы и др.)</b>				
	ЭБС «Лань»	<a href="https://e.lanbook.com">https://e.lanbook.com</a>		
	Национальная электронная библиотека (НЭБ)	<a href="https://rusneb.ru">https://rusneb.ru</a>		
	ЭБС «Юрайт»	<a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a>		
	ЭБС «Журнальный зал»: русский толстый журнал как эстетический феномен	<a href="https://magazines.gorky.media">https://magazines.gorky.media</a>		
	«Электронная библиотека ИМЛИ РАН»	<a href="http://biblio.imli.ru">http://biblio.imli.ru</a>		
	«Электронная библиотека ИРЛИ РАН» (Пушкинский Дом)	<a href="http://lib.pushkinskijdom.ru">http://lib.pushkinskijdom.ru</a>		
	Научный архив	<a href="https://научныйархив.рф">https://научныйархив.рф</a>		
	ЭБС «Педагогическая библиотека»	<a href="http://pedlib.ru">http://pedlib.ru</a>		
	ЭБС «Айбукс.ру»	<a href="https://www.ibooks.ru">https://www.ibooks.ru</a>		

Научная электронная библиотека eLibrary.ru	<a href="https://elibrary.ru">https://elibrary.ru</a>
ЭБС Буконлайн	<a href="https://bookonlime.ru">https://bookonlime.ru</a>
Научная электронная библиотека «Киберленинка»	<a href="https://cyberleninka.ru/">https://cyberleninka.ru/</a>
Государственная публичная научно-техническая библиотека России. Ресурсы открытого доступа	<a href="http://www.gpntb.ru/elektronnye-resursy-udalennogo-dostupa/1874-1024.html">http://www.gpntb.ru/elektronnye-resursy-udalennogo-dostupa/1874-1024.html</a>
Библиотека академии наук (БАН). Ресурсы открытого доступа	<a href="http://www.rasl.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php">http://www.rasl.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php</a>

## 10.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Университетская информационная система РОССИЯ	<a href="https://uisrussia.msu.ru">https://uisrussia.msu.ru</a>
Единое окно доступа к образовательным ресурсам	<a href="http://window.edu.ru/catalog">http://window.edu.ru/catalog</a>
Словари и энциклопедии	<a href="https://dic.academic.ru">https://dic.academic.ru</a>
Педагогическая мастерская «Первое сентября»	<a href="https://fond.1sept.ru">https://fond.1sept.ru</a>
Сайт Единой коллекции цифровых образовательных ресурсов	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
Национальная платформа «Открытое образование»	<a href="https://openedu.ru">https://openedu.ru</a>
Портал «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов»	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
Российское образование. Федеральный портал	<a href="http://edu.ru">http://edu.ru</a>
Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования	<a href="http://fgosvo.ru">http://fgosvo.ru</a>
Единая цифровая коллекция первоисточников научных работ удостоверенного качества «Научный архив»	<a href="https://научныйархив.рф">https://научныйархив.рф</a>
Портал проекта «Современная цифровая образовательная среда в РФ»	<a href="https://online.edu.ru">https://online.edu.ru</a>

## 10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Занятия, текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине проводятся в учебных аудиториях, укомплектованных типовой мебелью для обучающихся и преподавателя, техническими и мультимедийными средствами обучения, включенными в локальную сеть вуза и с доступом к информационным ресурсам сети Интернет.

Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.

Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение:

1. Пакет программного обеспечения общего назначения Microsoft Office (MS Word, MS Microsoft Excel, MS PowerPoint).
2. Adobe Acrobat Reader.
3. Браузер (Internet Explorer, Mozilla Firefox, Google Chrome, Opera и др.).
4. Программа тестирования Айрен.