

УТВЕРЖДЕНО

Директором ГБПОУ Республики

Марий Эл «УОР» Н.В.Беткузиной

20 апреля 2021 г.

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП. 02 ОСНОВЫ БИОМЕХАНИКИ

В результате освоения учебной дисциплины слушатель курсов должен:

иметь практический опыт:

- подбора комплекса физических упражнений, оптимальных форм и видов занятий, типов нагрузок, соответствующих содержанию и заявленной цели фитнес-программы, а также отдельного физкультурно-оздоровительного занятия в составе соответствующей программы;

уметь:

- применять знания по биомеханике в профессиональной деятельности;
- проводить биомеханический анализ двигательных действий;

знать:

- основы кинематики и динамики движений человека;
- биомеханические характеристики двигательного аппарата человека;
- биомеханику физических качеств человека;
- половозрастные особенности моторики человека;
- биомеханические основы физических упражнений;
- элементы анатомии, физиологии и биомеханики.

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Учебная нагрузка слушателей	Объем в часах
Максимальная	20
Внеаудиторная самостоятельная	10
Обязательная аудиторная (онлайн и офлайн занятия):	10
в том числе: теоретические занятия (Google-класс, эл.почта)	6
практические занятия (онлайн-консультации)	4
Форма промежуточной аттестации: зачет	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



ПОДЛИННОСТЬ
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.

ПОДТВЕРЖДЕНА.

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи: Подпись верна
Сертификат: 4AA1D500B0ADC3A641DB39BA21C5866E
Владелец: 1021200771646, 00204832281, 1215078802, 121521689394, sport-uor@yandex.ru, ГБПОУ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УОР", ДИРЕКТОР, ГБПОУ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УОР", Беткузина, Наталья Валерьевна, RU, ГОРОД ЙОШКАР-ОЛА, СЕЛО СЕМЕНОВКА, Республика Марий Эл, УЛИЦА МОЛОДЕЖНАЯ, 2
Издатель: ООО "КОМПАНИЯ "ТЕНЗОР", ООО "КОМПАНИЯ "ТЕНЗОР", Удостоверяющий центр, Московский проспект, д. 12, г. Ярославль, 76 Ярославская область, RU, 007605016030, 1027600787994, ca_tensor@tensor.ru
Срок действия: Действителен с: 27.09.2021 15:47:48 UTC+03
Действителен до: 27.12.2022 15:57:48 UTC+03
Дата и время создания ЭП: 08.04.2022 15:09:53 UTC+03