

Министерство культуры Российской Федерации
Сибирский государственный институт искусств имени Дмитрия
Хворостовского

Приложение 2 к рабочей программе

Методические рекомендации по освоению дисциплины

**Анатомия и физиология биомеханика и основы медицины в
хореографии**

для обучающихся по программам

Направление подготовки: 52.03.01 Хореографическое искусство
Профиль: Педагогика бального танца

Разработчик: Профессор Новицкий И.А.

1. Пояснительная записка

Методические указания по освоению дисциплины «Анатомия, физиология, биомеханика и основы медицины в хореографии» разработаны в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 52.03.01 Хореографическое искусство и рабочей программой дисциплины.

Цель методических рекомендаций - обеспечить студенту оптимальную организацию процесса изучения дисциплины, а также выполнения различных форм самостоятельной работы.

Приступая к изучению дисциплины «Анатомия, физиология, биомеханика и основы медицины в хореографии», специалисты должны ознакомиться с рабочей программой дисциплины, настоящими методическими указаниями, фондом оценочных средств, а также с учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке ФГБОУ ВО СГИИ, получить доступ в электронные библиотечные системы, получить в библиотеке рекомендованные учебники и учебно-методические пособия.

Для обеспечения систематической и регулярной работы по изучению дисциплины и успешного прохождения промежуточных и итоговых контрольных испытаний студенту рекомендуется придерживаться следующего порядка обучения:

1. Регулярно изучать каждую тему дисциплины, используя различные формы индивидуальной работы.
2. Согласовывать с преподавателем виды работы по освоению дисциплины.
3. По завершении отдельных заданий осуществлять практический показ.

2. Характер различных видов учебной работы и рекомендуемая последовательность действий обучающегося («сценарий изучения дисциплины»)

В раздел рекомендуется включить информацию об используемых в ходе изучения дисциплины видах учебной работы и алгоритм действий обучающихся.

Текущий контроль осуществляется в течение каждого семестра в виде устного опроса-собеседования со студентами по темам курса.

Контроль самостоятельной работы студентов осуществляется в течение каждого семестра. Формы контроля: устный опрос, написание реферата и т.д. Результаты контроля самостоятельной работы студентов учитываются при осуществлении промежуточного контроля по дисциплине.

Итоговый контроль осуществляется в форме экзамена в конце 3 семестра обучения. Итоговая оценка предполагает суммарный учет посещения занятий, степени активности студента и выполнение им всех видов аудиторной и самостоятельной работы. Варианты оценки: неудовлетворительно, удовлетворительно, хорошо и отлично.

Описание процедуры аттестации

Процедура промежуточного и итогового контроля по дисциплине проходит в соответствии с Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ФГБОУ ВО «Сибирский государственный институт искусств имени Дмитрия Хворостовского»

Аттестационные испытания проводятся преподавателем (или комиссией преподавателей – в случае модульной дисциплины), ведущим лекционные занятия по данной дисциплине, или преподавателями, ведущими практические и лекционные занятия. Присутствие посторонних лиц в ходе проведения аттестационных испытаний без разрешения ректора или проректора не допускается (за исключением работников института, выполняющих контролирующие функции в соответствии со своими должностными обязанностями). В случае отсутствия ведущего преподавателя аттестационные испытания проводятся преподавателем, назначенным письменным распоряжением по кафедре (структурному подразделению).

Инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, имеющие нарушения опорно-двигательного аппарата, допускаются на аттестационные испытания в сопровождении ассистентов-сопровождающих.

Во время аттестационных испытаний обучающиеся могут пользоваться программой учебной дисциплины, а также с разрешения преподавателя справочной и нормативной литературой.

Время подготовки ответа при сдаче экзамена в устной форме должно составлять не менее 40 минут (по желанию обучающегося ответ может быть досрочным). Время ответа – не более 15 минут.

При проведении устного экзамена билет выбирает сам экзаменуемый в случайном порядке.

Экзаменатору предоставляется право задавать обучающимся дополнительные вопросы в рамках программы дисциплины текущего семестра, а также, помимо теоретических вопросов.

Оценка результатов устного аттестационного испытания объявляется обучающимся в день его проведения. При проведении письменных аттестационных испытаний или компьютерного тестирования – в день их проведения или не позднее следующего рабочего дня после их проведения.

Результаты выполнения аттестационных испытаний, проводимых в письменной форме, форме итоговой контрольной работы или компьютерного тестирования, должны быть объявлены обучающимся и выставлены в зачётные книжки не позднее следующего рабочего дня после их проведения.

Структура экзамена

Экзамен складывается из устного ответа (ответ на вопросы, знание иллюстративного материала), участия в дискуссионном собеседовании с преподавателем по теме реферата. Знания, умения и владение предметом студента оценивается по дифференцированной системе оценки наличия основных единиц компетенции

3. Формы самостоятельной работы

При изучении курса «Анатомия, физиология, биомеханика и основы медицины в хореографии» следует выполнять следующие виды самостоятельной работы для лекционных занятий:

Работа с литературой. Овладение методическими приемами работы с литературой - одна из важнейших задач студента. Работа с литературой включает следующие этапы:

1. Предварительное знакомство с содержанием;
2. Углубленное изучение текста с преследованием следующих целей: усвоить основные положения; усвоить фактический материал; - логическое обоснование главной мысли и выводов;
3. Составление плана прочитанного текста. Это необходимо тогда, когда работа не конспектируется, но отдельные положения могут пригодиться на занятиях, при выполнении курсовых, дипломных работ, для участия в научных исследованиях.
4. Составление тезисов.

Для практических занятий:

для овладения знаниями:	для закрепления и систематизации знаний:	для формирования умений:
Чтение и конспектирование текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы)	работа с конспектом лекции, в том числе составление плана лекций	решение проблемно-ситуационных задач
составление плана текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы)	повторная работа над учебным материалом	подготовка к деловым играм
работа со словарями и справочниками	составление плана и тезисов ответа	подготовка курсовых и дипломных работ (проектов)
работа с нормативными документами	изучение нормативных материалов	рефлексивный анализ профессиональных умений, с использованием аудио и видеотехники и др.
учебно-исследовательская работа	составление таблиц для систематизации учебного материала	подготовка доклада
использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники, Интернет им др.	ответы на контрольные вопросы	выстраивание самостоятельной позиции и убедительность ее публичного оформления
создание фильмов, мультимедийных презентаций.	подготовка к решению тестовых заданий	Поиск и обработка информации по заданной теме
	аналитическая обработка текста	
	подготовка сообщений к выступлению на семинаре, конференции	
	подготовка рефератов, докладов	
	составление библиографии	

4. Рекомендации по подготовке докладов (презентаций, эссе, рефератов) в том числе рекомендации по оформлению и предлагаемые темы работ

5. Рекомендации по подготовке реферата

Реферат – письменная работа по определенной научной проблеме, краткое изложение содержания научного труда или научной проблемы. Он является действенной формой самостоятельного исследования научных проблем на основе изучения текстов, специальной литературы, а также на основе личных наблюдений, исследований и практического опыта. Реферат помогает выработать навыки и приемы самостоятельного научного поиска, грамотного и логического изложения избранной проблемы и способствует приобщению студентов к научной деятельности.

Последовательность работы:

1. Выбор темы исследования. Тема реферата выбирается обучающимся на основе его научного интереса. Также помощь в выборе темы может оказать преподаватель.

2. Планирование исследования. Включает составление календарного плана научного исследования и плана предполагаемого реферата. Календарный план исследования включает следующие элементы:

- выбор и формулирование проблемы, разработка плана исследования и предварительного плана реферата;
- сбор и изучение исходного материала, поиск литературы;
- анализ собранного материала, теоретическая разработка проблемы;
- сообщение о предварительных результатах исследования;
- литературное оформление исследовательской проблемы;
- обсуждение работы (на семинаре, на конференции и т.п.).

Каждый элемент датируется временем начала и временем завершения.

План реферата характеризует его содержание и структуру. Он должен включать в себя:

- введение, где обосновывается актуальность проблемы, ставятся цель и задачи исследования;
- основная часть, в которой раскрывается содержание проблемы;
- заключение, где обобщаются выводы по теме и даются практические рекомендации.

3. Поиск и изучение литературы

Для выявления необходимой литературы следует обратиться в библиотеку или к преподавателю. Подбранную литературу следует зафиксировать согласно установленному на дату написания реферата ГОСТу по

библиографическому описанию произведений печати. Подбранная литература изучается в следующем порядке:

- знакомство с литературой, просмотр ее и выборочное чтение с целью общего представления проблемы и структуры будущей научной работы;
- исследование необходимых источников, сплошное чтение отдельных работ, их изучение, конспектирование необходимого материала (при конспектировании необходимо указывать автора, название работы, место издания, издательство, год издания, страницу);
- обращение к литературе для дополнений и уточнений на этапе написания реферата. Для разработки реферата достаточно изучение 4-5 важнейших статей по избранной проблеме. При изучении литературы необходимо выбирать материал не только подтверждающий позицию автора реферата, но и материал для полемики.

4. Обработка материала.

При обработке полученного материала автор должен:

- систематизировать его по разделам;
- выдвинуть и обосновать свои гипотезы;
- определить свою позицию, точку зрения по рассматриваемой проблеме;
- уточнить объем и содержание понятий, которыми приходится оперировать при разработке темы;
- сформулировать определения и основные выводы, характеризующие результаты исследования;
- окончательно уточнить структуру реферата.

5. Оформление реферата.

При оформлении реферата рекомендуется придерживаться следующих правил:

- следует писать лишь то, чем автор хочет выразить сущность проблемы, ее логику;
- писать последовательно, логично, доказательно (по схеме: тезис – обоснование – вывод);
- соблюдать правила грамматики, писать осмысленно, не злоупотребляя наукообразными выражениями.

При изложении материала необходимо придерживаться принятого плана.

Реферат печатается на стандартном листе бумаги формата А4. Левое поле – 30 мм, правое – 15 мм, верхнее и нижнее – 20 мм. Шрифт Times New Roman размером 14, межстрочный интервал 1,5.

Каждый новый раздел начинается с новой страницы; это правило относится ко всем основным структурным частям работы (введению, заключению, списку литературы, приложениям и т.д.).

Страницы реферата с рисунками и приложениями должны иметь сквозную нумерацию. Первой страницей является титульный лист, на котором номер страницы не проставляется. Номер листа проставляется арабскими цифрами в центре нижней части листа без точки. Название раздела выделяется жирным шрифтом и располагается симметрично строке без переноса слов. Точка в конце названия не ставится. Название не подчеркивается.

Фразы, начинающиеся с новой строки, печатаются с абзацным отступом от начала строки (1,25 см).

В работе можно использовать только общепринятые сокращения и условные обозначения.

Следует учитывать ряд особенностей при написании числительных.

Одноразрядные количественные числительные, если при них нет единиц измерения, пишутся словами (пять фирм, а не 5 фирм). Многоразрядные количественные числительные пишутся цифрами, за исключением числительных, которыми начинается предложение. Такие числительные пишутся словами.

Важным моментом при написании реферата является оформление ссылок и используемые источники. При их оформлении следует придерживаться следующих правил:

- текст цитаты заключается в кавычки и приводится в той грамматической форме, в какой он дан в источнике, с сохранением особенностей авторского написания;
- каждая цитата должна сопровождаться ссылкой на источник;
- научные термины, предложенные другими авторами, не заключаются в кавычки.

При цитировании текста цитата приводится в кавычках, а после нее в квадратных скобках указывается ссылка на литературный источник по списку использованной литературы и номер страницы, на которой в этом источнике помещен цитируемый текст. Например: [15, с. 237-239]. Возможно оформление ссылок при цитировании текста в виде концевых сносок со сквозной нумерацией.

ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

- 1.Связь анатомии и физиологии с другими биологическими науками и их место в комплексе медицинских наук.
- 2.Составные разделы анатомии и физиологии человека.
- 3.Общеобразовательное и прикладное значение анатомии и физиологии человека в системе подготовки педагогов- хореографов.
- 4.Единство человеческого организма и основные структурные уровни его организации: клетка, ткань, орган, система органов, аппарат органов.

- 5.История возникновения биомеханики как науки.
- 6.Основные разделы биомеханики. Система движений.
- 7.Классификация мышц по механизму действия.
- 8.Три вида биомеханических рычагов. Особенности работы суставов.
- 9.Виды движения- ходьба, бег, приседания. Прыжки.
- 10.Методы исследования в биомеханике.
- 11.Остеология – учение о костях.
- 12.Функции скелета.
- 13.Кость как орган.
- 14.Структурно-функциональная единица кости. Внешние и внутренние факторы роста.
- 15.Строение и функционирование нервной системы человека.
- 16.Органы чувств. Пищеварительная система.
- 17.Дыхательная система.
- 18.Мочевыделительная и половая системы.
- 19.Эндокринная и иммунная системы.
- 20.Сердечно-сосудистая система.
- 21.Понятие балетная «патология».
- 22.Основные заболевания суставов и мышц человека.
- 23.Профилактика артрозов и остеоартрозов медико-педагогическими методиками.
- 24.Факторы приводящие к возникновению остеоартроза, их предупреждение.
- 25.Сопутствующие заболевания и генетическая предрасположенность к возникновению «профессиональных» заболеваний у балерин.
- 26.Правила первой медицинской помощи в балетной патологии.
- 27.Применение «холода» и фиксирующих повязок при повреждениях суставов.
- 28.Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам.
- 29.Срочная и долговременная адаптация к физическим нагрузкам.
- 30.Изменения функций различных органов и систем организма при физических нагрузках.
- 32.Понятие о физической работоспособности.
- 33.Резервы физической работоспособности.

6. Рекомендации по подготовке к тестированию (аудиовикторине и т.д)

7. Советы по подготовке к текущему, промежуточному и итоговому контролю по дисциплине.

В процессе изучения дисциплины предусмотрены следующие формы контроля: текущий, итоговый контроль (экзамен), контроль самостоятельной работы студента.

Текущий контроль осуществляется в течение семестра в виде устного опроса-собеседования со студентами по темам курса.

Контроль самостоятельной работы студентов осуществляется в течение каждого из 3 семестров. Формы контроля: устный опрос, написание реферата, доклад и т.д. Результаты контроля самостоятельной работы студентов учитываются при осуществлении промежуточного контроля по дисциплине.

Итоговый контроль осуществляется в форме экзамена в конце 3 семестра обучения.

Итоговая оценка предполагает суммарный учет посещения занятий, степени активности студента и выполнение им всех видов аудиторной и самостоятельной работы.

изучение каждой дисциплины заканчивается определенными методами контроля, к которым относятся: текущая аттестация и экзамены.

Требования к организации подготовки к экзаменам те же, что и при занятиях в течение семестра, но соблюдаться они должны более строго. При подготовке к экзаменам у студента должен быть хороший учебник или конспект литературы, прочитанной по указанию преподавателя в течение семестра.

Первоначально следует просмотреть весь материал по сдаваемой дисциплине, отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом опорные конспекты лекций.

Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время экзаменационной сессии для систематизации знаний.

Если в процессе самостоятельной работы над изучением теоретического материала или при решении задач у студента возникают вопросы, разрешить которые самостоятельно не удастся, необходимо обратиться к преподавателю для получения у него разъяснений или указаний. В своих вопросах студент должен четко выразить, в чем он испытывает затруднения, характер этого затруднения. За консультацией следует

обращаться и в случае, если возникнут сомнения в правильности ответов на вопросы самопроверки.

Аттестационные испытания проводятся преподавателем (или комиссией преподавателей – в случае модульной дисциплины), ведущим лекционные занятия по данной дисциплине, или преподавателями, ведущими практические и лекционные занятия. Присутствие посторонних лиц в ходе проведения аттестационных испытаний без разрешения ректора или проректора не допускается (за исключением работников института, выполняющих контролирующие функции в соответствии со своими должностными обязанностями). В случае отсутствия ведущего преподавателя аттестационные испытания проводятся преподавателем, назначенным письменным распоряжением по кафедре (структурному подразделению).

Инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, имеющие нарушения опорно-двигательного аппарата, допускаются на аттестационные испытания в сопровождении ассистентов-сопровождающих.

- Во время аттестационных испытаний обучающиеся могут пользоваться программой учебной дисциплины, а также с разрешения преподавателя справочной и нормативной литературой.

- Время подготовки ответа при сдаче экзамена в устной форме должно составлять не менее 40 минут (по желанию обучающегося ответ может быть досрочным). Время ответа – не более 15 минут.

- При проведении устного экзамена билет выбирает сам экзаменуемый в случайном порядке.

- Экзаменатору предоставляется право задавать обучающимся дополнительные вопросы в рамках программы дисциплины текущего семестра, а также, помимо теоретических вопросов.

- Оценка результатов устного аттестационного испытания объявляется обучающимся в день его проведения. При проведении письменных аттестационных испытаний или компьютерного тестирования – в день их проведения или не позднее следующего рабочего дня после их проведения.