**ОЧНОЕ ОБУЧЕНИЕ**

**При условии если интегрированная учебная дисциплина предусматривает в своем составе прохождение нескольких учебных дисциплин, то получение минимального количества баллов по каждой из них, определенных технологической картой дисциплины, является для студентов обязательным**

Дисциплина: **ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЧЕЛОВЕКА (ВОЧ) - анатомия и физиология**

**4 курс 8 семестр**

Кафедра физиологии

Лекции – 8 час.

Практические занятия – 10 часов

**Экзамен по пройденным разделам**

**К экзамену допускаются студенты получившие допуски на анатомии и физиологии**

1. **Тематика изучаемых разделов по учебнику А. С. Солодкова**

* Общие физиологические закономерности роста и развития организма человека.
* Физиологические особенности организма детей дошкольного и младшего школьного возраста и их адаптация к физическим нагрузкам.
* Физиологические особенности организма детей среднего и старшего школьного возраста и их адаптация к физическим нагрузкам.
* Физиологические особенности урока физической культуры в школе.
* Физиологические особенности организма людей зрелого и пожилого возраста и их адаптация к физическим нагрузкам.
* Физиологические особенности переработки информации у спортсменов разного возраста.
* Функциональные асимметрии спортсменов.
* Физиологические основы индивидуально-типологических особенностей спортсменов и их развитие в онтогенезе.
* Физиологические особенности спортивного отбора и прогнозирование спортивных возможностей

1. **Практические занятия (из Руководства к практическим занятиям по физиологии человека под редакцией А. С. Солодкова) .**

* Исследование моторной и сенсорной асимметрии
* **Текущий контроль №1**: Физиологические особенности организма и адаптация детей дошкольного и младшего школьного возраста.
* **Текущий контроль №2:**

Физиологические особенности организма и адаптация детей среднего и старшего школьного возраста.

* **Семинар:**

**Возрастные особенности функций организма и адаптация к физическим нагрузкам людей зрелого и пожилого возраста**

.

* **Текущий контроль №3:**

Оценка и коррекция функциональной подготовленности к физическим нагрузкам, спортивный отбор

**3.ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА ДИСЦИПЛИНЫ**

Направление: 49.03.01 Физическая культура

Дисциплина: возрастные особенности человека

Кафедра: физиологии

4 курс 8 семестр

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятия | Посеща-емость  / балл | Тема занятий и виды контроля | Кол-во баллов  min / max | Накопи-тельная «стоимость» /  балл | Кол-во часов самостоятельной работы на подготовку к видам контроля |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* |
| **Первый семестр** | | | | |  |
| **Анатомия 11/30 30** | | | | |  |
| 1 | 0,5 | Лекция №1 -Физиологические особенности организма и адаптация детей дошкольного и младшего школьного возраста.  Возрастные особенности управления движениями.  Особенности формирования двигательных навыков.  Реакции вегетативных систем и энергообеспечение физических нагрузок.  Влияние систематических физических нагрузок на развитие функций и работоспособностей детей. |  | 30,5 |  |
| 2 | 0,5 | Лекция №2-Физиологические особенности организма и адаптация детей среднего и старшего школьного возраста.  Совершенствование центральной регуляции движений.  Развитие физических качеств. Особенности энергетики мышечной деятельности. Особенности реакций вегетативных систем на физические нагрузки. Влияние спортивной тренировки на развитие функций и динамику работоспособности у детей |  | 31 |  |
| 3 | 0,5 | Лекция №3- Физиологические особенности спортивного отбора и прогнозирование спортивных возможностей  Индивидуально-типологические особенности человека. .Развитие типологических особенностей в онтогенезе.  Индивидуально-типологические особенности спортсменов и их учет в тренерском процессе.Индивидуально-типологические особенности биоритмов и их влияние на работоспособность человека. |  | 31,5 |  |
| 4 | 0,5 | Лекция №4-Функциональные ассиметрии спортсменов различного возраста и пола**.**Моторные ассиметрии у человека, их возрастные и половые особенности. Методы исследования.Сенсорные и психические ассиметрии у человека. Исследования ведущего глаза. Индивидуальный профиль ассиметрии.Проявления функциональной ассиметрии у спортсменов в различных видах спорта.Физиологические основы управления тренировочным процессом с учетом функциональной ассиметрии. |  | 32 |  |
| 5 | 1 | **Практическое занятие :** Исследование моторной и сенсорной асимметрии. |  | 33 |  |
| 6 |  | **Текущий Контроль- №1**  Физиологические особенности организма и адаптация детей дошкольного и младшего школьного возраста. | 2/7 | 40 |  |
| 7 |  | **Текущий Контроль-№2**  Физиологические особенности организма и адаптация детей среднего и старшего школьного возраста. | 2/7 | 47 |  |
| 8 | 1 | **Семинарское занятие** *:*  Особенности физиологических показателей у лиц зрелого и пожилого возраста**.** |  | 48 |  |
| 9 |  | **Текущий Контроль-№3 :**Оценка и коррекции функциональной подготовленности к физическим нагрузкам, спортивный отбор | 3/7 | 55 |  |
| 10 |  | 1 рубежный контроль(кафедра) | 1/5 | 60 |  |
| 2 рубежный контроль - тестирование | | | 5/10 | 70,0 |  |
| Промежуточный контроль (Экзамен) может быть поставлен по сумме баллов за посещаемость и успеваемость по итогам текущих и рубежных контролей) | | | 22/30 | 100 |  |
| Итоговая сумма баллов за семестр | | | 50/100 | 100 |  |

4. **Вопросы для промежуточной аттестации (экзамена)**

***Кафедра физиологии***

1. Общие физиологические особенности организма.
2. Периодизация и гетерохронность развития организма человека.
3. Влияние спортивной тренировки на развитие функций и динамику работоспособности у детей среднего и старшего школьного возраста.
4. Развитие типологических особенностей в онтогенезе.
5. Особенности реакций вегетативных систем на физические нагрузки у детей среднего и старшего школьного возраста.
6. Индивидуально-типологические особенности спортсменов и их учет в тренировочном процессе.
7. Особенности энергетики мышечной деятельности у детей среднего и старшего школьного возраста.
8. Индивидуально-типологические особенности биоритмов и их влияние на работоспособность человека.
9. Развитие физических качеств у детей среднего и старшего школьного возраста.
10. Индивидуально-типологические особенности человека.
11. Совершенствование центральной регуляции движений у детей среднего и старшего школьного возраста.
12. Значение комплексной оценки функциональной подготовленности в спортивном отборе и прогнозировании.
13. Обмен веществ и энергий и терморегуляция у детей среднего и старшего школьного возраста.
14. Физиологические основы процессов восприятия, принятия решений и программирования ответных действий.
15. Пищеварение, выделение и эндокринная система у детей среднего и старшего школьного возраста.
16. Проявление функциональной асимметрии у спортсменов в различных видах спорта.
17. Кровь, кровообращение и дыхание у детей среднего и старшего школьного возраста.
18. Сенсорные и психические асимметрии у человека. Исследования ведущего глаза.
19. Центральная нервная система, высшая нервная деятельность и сенсорные системы у детей среднего и старшего школьного возраста.
20. Моторные асимметрии у человека, их возрастные и половые особенности.
21. Физическое развитие и опорно-двигательная система у детей среднего и старшего школьного возраста.
22. Индивидуальный профиль асимметрии у человека.
23. Влияние систематических физических нагрузок на развитие функций и работоспособность детей дошкольного и младшего школьного возраста.
24. Методы исследования ведущей руки и ноги у человека.
25. Реакции вегетативных систем и энергообеспечение при физических нагрузках у детей дошкольного и младшего школьного возраста.
26. Значение для спорта процессов переработки информации, их возрастные и половые особенности.
27. Пищеварение, выделения и эндокринная система организма детей дошкольного и младшего школьного возраста.
28. Физиологическое основы управления тренировочным процессом с учетом функциональной асимметрии.
29. Кровь, кровообращение и дыхание у детей дошкольного и младшего школьного возраста.
30. Продолжительность жизни, адаптивные реакции и реактивность организма людей зрелого и пожилого возраста.
31. Особенности формирования физических качеств у детей дошкольного и младшего школьного возраста
32. Физиологические основы спортивного отбора и прогнозирования.
33. Возрастные особенности управления движениями у детей дошкольного и младшего школьного возраста.
34. Роль наследственных свойств и факторов среды в развитии спортивных возможностей человека. Методы исследования наследственных свойств организма.
35. Особенности двигательного аппарата у детей дошкольного и младшего школьного возраста.
36. Помехоустойчивость спортсмена, её возрастные особенности.
37. Центральная нервная система, высшая нервная деятельность и сенсорные системы у детей дошкольного и младшего школьного возраста.
38. Основные понятия и методические основы спортивного отбора и прогнозирования функциональных возможностей в спорте.
39. Обмен веществ и энергии и терморегуляция у детей дошкольного и младшего школьного возраста.
40. Скорость и эффективность тактического мышления, пропускная способность мозга.
41. Изменения функций организма школьников на уроке физической культуры.
42. Особенности адаптации к нагрузкам вегетативных и регуляторных систем организма у людей зрелого и пожилого возраста.
43. Физиологическое обоснование нормирования физических нагрузок школьников при занятиях физической культурой.
44. Возрастные изменения физических качеств у людей зрелого и пожилого возраста.
45. Акселерация (эпохальная и индивидуальная). Биологический и паспортный возраст.
46. Влияние физических нагрузок на функциональное состояние, сохранение здоровья и работоспособность у людей зрелого и пожилого возраста.
47. Влияние наследственности и окружающей среды на развитие организма.
48. Особенности формирования двигательных навыков и центральной регуляции движений у людей зрелого и пожилого возраста.
49. Сенситивные периоды развития двигательных навыков и физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости).
50. Центральная нервная система, высшая нервная деятельность и сенсорные системы у людей зрелого и пожилого возраста.
51. Сенситивные периоды – общее понятие, сенситивные периоды развития различных функций и органов в организме человека.
52. Обмен веществ, энергии и терморегуляция у людей зрелого и пожилого возраста.
53. Физиолого-педагогический контроль за занятиями физической культурой и функциональные критерии восстановления организма школьников.
54. Пищеварение, выделение и эндокринная система у людей зрелого и пожилого возраста.
55. Общее понятие об онтогенезе. Возрастные периоды у людей зрелого и пожилого возраста.
56. Кровь, кровообращение и дыхание у людей зрелого и пожилого возраста.
57. **ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**, необходимый для освоения дисциплины (модуля):

**оСНОВНАЯ:**

1. Солодков, А.С.   Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Текст] : учебник для вузов физической культуры / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. - 5-е изд., испр. и доп. - Москва : Спорт, 2015. - 618, [1] с. : ил. - Гриф М-ва РФ по физ. культуре и спорту.
2. Руководство к практическим занятиям по физиологии человека : учебное пособие [Электронный ресурс] / ; под ред. А.С. Солодков. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Советский спорт, 2011. - 198 с. - ISBN 978-5-9718-0478-9. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210496>
3. Савченков, Ю.И. Возрастная физиология (физиологические особенности детей и подростков) : учебное пособие [Электронный ресурс] / Ю.И. Савченков, О.Г. Солдатова, С.Н. Шилов. - М. : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2013. - 144 с. - ISBN 978-5-691-01896-1. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=23494
4. Красноруцкая,И.С.   Возрастные особенности человека [Текст] : учебное пособие / И. С. Красноруцкая ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : [б. и.], 2014. - 145 с. : ил. - Библиогр.: с. 141-142.
5. Страдина, М.С.   Возрастные особенности человека. Системы обеспечения и регуляции жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / М. С. Страдина ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - Электрон. текстовые дан. (1 файл). - Санкт-Петербург : [б. и.], 2014. – 93 с. - Электрон. дан. (1 файл) : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБС. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии. - Библиогр.: с. 91-93.
6. Страдина,М.С.   Возрастные особенности человека. Опорно-двигательный аппарат [Текст] : учебное пособие / М. С. Страдина ; Министерство спорта Российской Федерации ; Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : [б. и.], 2014. - 128 с. : ил. - Библиогр.: с. 125-128.

**Дополнительная:**

1. Балашова, В.Ф.   Физиология человека. Тестовый контроль знаний. : метод. пособие / В. Ф. Балашова. - М. : Физическая культура, 2007. - 119 с. - Гриф.: Рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта. - Библиогр.: с. 111-112.
2. Возрастная анатомия человека [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Л.М. Железнов [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Оренбург: Оренбургская государственная медицинская академия, 2013.— 96 c.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/21795.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
3. Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена : [учебное пособие] [Электронный ресурс] / Н.Ф. Лысова, Р.И. Айзман, Я.Л. Завьялова, В.М. Ширшова. - Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2010. - 400 с. - ISBN 978-5-379-01629-6. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57604>
4. Живова, Т.В.   Возрастная биохимия [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Т. В. Живова ; С.-Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 413 КБ). - СПб. : [б. и.], 2007. - 51 с. - Электрон. дан. (1 файл) : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБС. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии.
5. Ложкина, Н.И.   Возрастная анатомия, физиология и гигиена [Электронный ресурс] : учебное пособие : [в 2 ч.]. Ч. 2 / Н. И. Ложкина, Т. М. Любошенко ; Министерство спорта Российской Федерации ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Электрон. текстовые дан. (1 файл). - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2013. – 271 с. - Электрон. дан. (1 файл) : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБС. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии. - Библиогр.: с. 260.
6. Любошенко, Т.М.   Возрастная анатомия, физиология и гигиена [Электронный ресурс] : учебное пособие : [в 2 ч.]. Ч. 1 / Т. М. Любошенко, Н. И. Ложкина ; Министерство спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Электрон. текстовые дан. (1 файл). - Омск : [Изд-во СибГУФК], 2012. - 200 с. - Электрон. дан. (1 файл) : ил. - Режим доступа: локальная сеть библиотеки, ЭБС. - Загл. с титула экрана. - Электрон. копия печ. версии. - Библиогр.: с. 199.
7. Сапин, М.Р.   Анатомия и физиология детей и подростков [Текст] : учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по дисциплине "Возрастная анатомия, физиология и гигиена" / М. Р. Сапин, З. Г. Брыксина. - 5-е изд., стер. - Москва : Академия, 2007. - 432 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование). - Гриф УМО по специальностям пед. образования.
8. Страдина, М.С.   Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата : учеб.-метод. пособие / М. С. Страдина ; Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб. : [б. и.], 2010. - 100 с. : ил. - Библиогр.: с. 100.
9. Щанкин, А.А. Возрастная анатомия и физиология : курс лекций / А.А. Щанкин. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 174 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4854-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362806>

**6.ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ**», необходимый для освоения дисциплины (модуля)

* Единое окно доступа к образовательным ресурсам  <http://window.edu.ru/>
* Министерство образования и науки РФ  [http://Минобрнауки.рф/](http://xn--80abucjiibhv9a.xn--p1ai/)
* Российское образование  <http://www.edu.ru/>
* Справочная правовая система «Консультант плюс» [http://www.consultant.ru](http://www.consultant.ru/)
* Университетская информационная система РОССИЯ  <http://uisrussia.msu.ru/is4/main.jsp>
* Федеральное агентство научных организаций (ФАНО России)  <http://fano.gov.ru/ru/>
* Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: [http://fcior.edu.ru(link is external)](http://fcior.edu.ru/)
* Электронно-библиотечная система IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru/>
* Электронно-библиотечная система Университетская библиотека Online <http://biblioclub.ru/>

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Название** | **Краткое описание** | **Режимы доступа** | **Ссылка на ресурс** |
| [eLIBRARY.RU](https://lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh/elibrary-ru) | Крупнейший российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования. | Доступ свободный | http://www.elibrary.ru/ |
| ​[Polpred.com Обзор СМИ](https://lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh/polpred-com-obzor-smi) | Обзор средств массовой информации. Ежедневно тысяча новостей, полный текст на русском языке. Миллионы сюжетов информагентств и деловой прессы за 15 лет. | [Доступ](https://www.scopus.com) свободный | <http://www.polpred.com/> |
| [Scopus](https://lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh/scopus) | Scopus – крупнейшая единая база данных, содержащая аннотации и информацию о цитируемости рецензируемой научной литературы. В базе содержится контент международных издателей в области естественных, общественных и гуманитарных наук, техники, медицины и искусства. | [Доступ](https://www.scopus.com) с ПК библиотеки | http://www.scopus.com/ |
| ​[Taylor&Francis](https://lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh/taylor-amp-francis" \t "_blank) | Политематическая коллекция журналов Taylor&Francis Group включает в себя около двух тысяч журналов по различным областям знания. | Доступ с ПК библиотеки | [www.tandfonline.com](http://www.tandfonline.com/) |
| **Physical Therapy & Sports Medicine Collection** | Специализированная база данных по спортивной медицине , физической культуре,  спорту ,  спортивному образованию, спортивной психологии  в их различных аспектах,  включая проверенные методы лечения, экспериментальные исследования и многое другое. | Доступ с ПК библиотеки | http://infotrac.galegroup.com |
| [Web of Science](https://lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh/web-of-science) | Наукометрическая реферативная база данных журналов и конференций. Содержит контент исследовательской литературы мирового класса, связанной с тщательно отобранным списком журналов, и открыть для себя новую информацию при помощи скрупулезно записанных метаданных и ссылок. | Доступ с ПК библиотеки | [apps.webofknowledge.com](https://apps.webofknowledge.com/home.do?SID=Z1V9IS8DggMcH9KSZ1X) |
| [Архив журналов РАН](https://lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh/arhiv-zhurnalov-ran) | База включает архив журналов РАН. | Доступ свободный | [libnauka.ru](https://www.libnauka.ru/) |
| [Журналы издательства Cambridge University Press](https://lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh/zhurnaly-izdatelstva-cambridge-university-press) | База содержит исследовательскую и академическую информацию. | Доступ свободный | http://www.lib.cam.ac.uk/ |
| [Журналы издательства Oxford University Press](https://lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh/zhurnaly-izdatelstva-oxford-university-press) | Ресурс англоязычный, содержит материалы по общественным и гуманитарным, естественным и техническим наукам, информатике, медицине, здравоохранению и др. | Доступ свободный | http://www.oxfordjournals.org/en/ |
| [Цифровой архив журнала Science](https://lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh/tsifrovoy-arhiv-zhurnala-science) | Журнал Американской ассоциации содействия развитию науки. | Доступ свободный | [archive.neicon.ru](https://archive.neicon.ru/xmlui/handle/123456789/2490906/browse?type=source) |
| [Журналы издательства SAGE Publications](https://lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh/zhurnaly-izdatelstva-sage-publications) | Издательство научных журналов Sage Publications содержит контент гуманитарных журналов по социологии, криминалистике, этнологии и психологии. | Доступ свободный | [archive.neicon.ru](https://archive.neicon.ru/xmlui/handle/123456789/2757634/browse?type=source) |
| [Университетская информационная система Россия](http://nocache.lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh/uis-rossiya) | Тематическая электронная библиотека и база для исследований и учебных курсов в области экономики, управления, социологии, лингвистики, философии, филологии, международных отношений и других гуманитарных наук. | Доступ свободный | [uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru/) |
| [КонсультантПлюс](https://lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh/konsultantplyus) | База содержит контент для многих специалистов, руководителей организаций, а также для специалистов государственных органов, учёных и студентов. В ней содержится огромный массив правовой и справочной информации. | Доступ с ПК библиотеки | http://www.consultant.ru/ |
| ЭБС «Лань» | Электронно-библиотечная система Издательства Лань. | Доступ после регистрации | https://e.lanbook.com/books/4775?publisher\_\_fk=44412 |
| [ЭБС «Юрайт»](https://lib.tusur.ru/ru/resursy/bazy-dannyh/ebs-yurayt) | Электронная библиотечная система «Юрайт» – это виртуальный читальный зал учебников и учебных пособий от авторов из ведущих вузов России по экономическим, юридическим, гуманитарным, инженерно-техническим и естественно-научным направлениям и специальностям. | Доступ после регистрации | https://www.biblio-online.ru/ |
| ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» | Электронная библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» содержит контент учебников и учебных пособий, научной литературы и периодики по различным областям знаний. | Доступ после регистрации | <http://www.biblioclub.ru/> |