

# АННОТАЦИЯ

рабочей программы по дисциплине

## ФИЗИОЛОГИЯ СПОРТА

Основная профессиональная образовательная программа

высшего образования программы бакалавриата по направлению подготовки

### 49.03.01 – Физическая культура

Квалификация - Бакалавр

Форма обучения – очная/заочная

#### 1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

##### 1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины «Физиология спорта» составлена в соответствии с учебным планом подготовки *бакалавров* по направлению **49.03.01 Физическая культура** в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины «Физиология спорта» является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области физиологии спорта и реализация их в своей профессиональной деятельности.

##### 1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Результатом освоения дисциплины определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

*Бакалавр* по направлению подготовки **49.03.01 Физическая культура** должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки:

###### *Тренерская деятельность:*

- Подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки, определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида на достижение спортивного результата.
- Осуществлять управление тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности обучающихся и внесение соответствующих корректив в тренировочный процесс.

###### *Рекреационная деятельность:*

- Привлекать население к рекреационной деятельности как фактору здорового образа жизни.
- Обеспечивать уровень двигательной активности, соответствующий состоянию и потребностям обучающихся.
- Способствовать осознанному использованию средств физической культуры как средства восстановления и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни.

###### *Научно-исследовательская деятельность:*

- Выявлять актуальные вопросы в сфере физической культуры и спорта.
- Проводить научные исследования по определению эффективности видов деятельности в сфере физической культуры и спорта с использованием опробованных методик.
- Осуществлять научный анализ, обобщение и оформление результатов исследований.

*Решение вышеуказанных профессиональных задач осуществляется посредством решения комплекса следующих частных задач обучения – задач дисциплины «Физиология спорта»:*

- Ознакомить студентов с функциями органов и систем организма человека механизмами их регуляции в процессе жизнедеятельности, особенно при мышечной работе.
- Содействовать формированию у студентов естественно - научного мировоззрения, целостного представления о морфо - функциональных особенностях организма человека.
- Прививать навыки исследования деятельности моторных вегетативных систем организма в покое и при мышечной работе необходимые для использования в практической деятельности.
- Ознакомить с физиологическими основами управления движениями.

##### 1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина относится к Блоку 1 *вариативной* части ОПОП. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе (5 семестр) по очной форме обучения, на 4 курсе (7 семестр) по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам:

*при очной форме обучения:* анатомия человека, биохимия человека, биомеханика двигательной деятельности, физиология человека;

при заочной форме обучения: анатомия человека, биохимия человека, биомеханика двигательной деятельности, физиология человека, спортивная морфология.

#### 1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

**а) общепрофессиональными (ОПК):**

- способностью определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер её влияния на организм человека с учетом пола и возраста (ОПК-1);

**б) профессиональные (ПК):**

- способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию (ПК-13).

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в детско-юношеском и у спортсменов массовых разрядов в избранном виде спорта (ОПК-1).</li> <li>✓ Методы исследования возрастных особенностей, особенности индивидуального развития человека (ПК-13)</li> <li>✓ Возрастные особенности строения, функции и медико-биологические особенности организма занимающихся физической культурой и спортом (ПК-13);</li> <li>✓ Индивидуально-типологические особенности занимающихся, возрастные и физические особенности занимающихся (ПК-13).</li> </ul>
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Использовать знания в области биологии при решении задач физического воспитания, образования, спортивно-тренировочной деятельности, укрепления здоровья различных групп населения (ПК-13)</li> <li>✓ Определять и применять медико-биологические факторы, определяющие эффективность деятельности в ИВС (ПК-13)</li> <li>✓ Подобрать необходимый методический аппарат при организации занятий, направленных на сохранение здоровья занимающихся, анализировать особенности контингента (ПК-13).</li> </ul>
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Основными понятиями и законами в биологии (ПК-13)</li> <li>✓ Опытном определении медико-биологических, психологических и санитарно-гигиенических факторов, влияющих на эффективность деятельности в ИВС (ПК-13)</li> <li>✓ Технологией использования средств физической культуры для сохранения здоровья занимающихся, методами диагностики индивидуальных особенностей занимающихся (ПК-13).</li> </ul>

#### 1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

##### *очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов/ зачетных единиц	Семестры			
		5	6	7	8
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>54*</b>	<b>54</b>			
В том числе:	-	-			
Лекция	20	20			
Практические занятия	34	34			
<i>Интерактивные занятия *</i>	<i>16</i>	<i>16</i>			
<b>Самостоятельная работа</b>	<b>54</b>	<b>54</b>			
Подготовка к текущему контролю	18	18			
Подготовка и сдача экзамена	36	36			
Вид промежуточной аттестации: <b>экзамен</b>	<b>экзамен</b>	+			
<b>Общая трудоемкость</b> <b>часы</b>	<b>108</b>	<b>108</b>			
<b>Зачетные единицы</b>	<b>3</b>	<b>3</b>			

\*Примечание: из них 16 часов интерактивные занятия

##### *заочная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов/ зачетных единиц	Семестры			
		7			
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>14*</b>	<b>14</b>			
В том числе:					
Лекция	6	6			
Практические занятия (ПЗ)	8	8			
<i>Интерактивные занятия *</i>	<i>2</i>	<i>2</i>			

<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>94</b>	<b>94</b>			
Контрольная работа	20	20			
Изучение теоретического материала	7	7			
Оформление отчета по лабораторной работе (реферат)	10	10			
Работа с литературой	6	6			
Подготовка к текущему контролю	15	15			
Подготовка и сдача экзамена	36	36			
Вид промежуточной аттестации: <b>экзамен</b>	<b>экзамен</b>	+			
<b>Общая трудоемкость</b> <b>часы</b>	<b>108</b>	<b>108</b>			
<b>Зачетные единицы</b>	<b>3</b>	<b>3</b>			

\*Примечание: из них 2 часа интерактивных занятий