

## АННОТАЦИЯ

рабочей программы по дисциплине

### ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЧЕЛОВЕКА

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 «Возрастные особенности человека» 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 (модуля) является формирование целостного научного представления об организме человека как о многоуровневой динамичной биосоциальной системе, развивающейся в тесной взаимосвязи с внешней средой

##### 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 программой подготовки в области тренерской и рекреационной деятельности:

- Способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции.
- Проводить отбор для занятий избранным видом спорта с использованием современных технологий определения способности к занятиям тем или иным видом спорта.
- Осуществлять планирование тренировочного процесс с установкой на достижение высоких спортивных результатов.
- Подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы тренировки, определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида с установкой на достижение спортивного результата.
- Осуществлять управление тренировочным процессом на основе контроля функционального состояния, достигнутого уровня техники двигательных действий и работоспособности обучающихся и внесения соответствующих корректив в тренировочный процесс.
- Обеспечивать уровень двигательной активности, соответствующий состоянию и потребностям обучающихся.

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

Дисциплина относится к вариативной части, дисциплинам по выбору студента. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 3 курсе (6 семестр) по очной форме и на 5 курсе (9 семестр) по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: экзамен на очной и заочной формам обучения. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: естественно - научные основы физической культуры и спорта, анатомия человека, физиологии человека, спортивная морфология, гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности.

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

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

**а) общепрофессиональными (ОПК):**

- способен 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)

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	- методы исследования возрастных особенностей, особенности индивидуального развития человека (ОПК-1), - возрастные особенности строения, функции и медико-биологические особенности
--------	--

	организма занимающихся физической культурой и спортом (ОПК –1); - индивидуально-типологические особенности занимающихся, возрастные и физические особенности занимающихся (ОПК-1).
Уметь:	- использовать знания в области биологии при решении задач физического воспитания, образования, спортивно-тренировочной деятельности, укрепления здоровья различных групп населения (ОПК-1), - определять и применять медико-биологические факторы, определяющие эффективность деятельности в ИВС (ОПК–1); - подобрать необходимый методический аппарат при организации занятий, направленных на сохранение здоровья занимающихся, анализировать особенности контингента (ОПК-1).
Владеть:	- основными понятиями и законами в биологии (ОПК-1), - опытом определения медико-биологических, психологических и санитарно-гигиенических факторов, влияющих на эффективность деятельности в ИВС (ОПК–1); - технологией использования средств физической культуры для сохранения здоровья занимающихся, методами диагностики индивидуальных особенностей занимающихся (ОПК-1).

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

#### *очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		V	VI Анатомия/Физиология	VII	VIII
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>54*</b>		<b>54</b>		
В том числе:					
Лекции	20		10/10		
Практические занятия (ПЗ)	34		16/18		
Семинары (С)					
Лабораторные работы (ЛР)					
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>54</b>		<b>27/27</b>		
В том числе:					
Подготовка к сдаче экзамена	36		18/18		
Подготовка к текущему контролю	8		4/4		
Работа с учебной и научной литературой	6		3/3		
Подготовка иллюстративных материалов	4		2/2		
Вид промежуточной аттестации (экзамен)	экзамен		+		
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>		<b>108</b>		
	<b>зачетные единицы</b>		<b>3</b>		

\*из 54 ч. аудиторных занятий 10 ч. проводятся в интерактивной форме

#### *заочная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		VII	VIII	IX Анатомия/Физиология	X
<b>Аудиторные занятия (всего)</b>	<b>16*</b>			<b>16</b>	
В том числе:					
Лекции	4			2/2	
Практические занятия (ПЗ)	12			6/6	
Семинары (С)					
Лабораторные работы (ЛР)					
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>92</b>			<b>46/46</b>	
В том числе:					
Контрольная работа	36			18/18	
Подготовка к сдаче экзамена	36			18/18	
Изучение теоретического материала	10			5/5	
Подготовка к текущему контролю	10			5/5	
Вид промежуточной аттестации (экзамен)	экзамен			+	
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>			<b>108</b>	
	<b>зачетные единицы</b>			<b>3</b>	

\*из 16 ч. аудиторных занятий 4 ч. проводятся в интерактивной форме