

**АННОТАЦИЯ**  
рабочей программы по дисциплине  
**ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЧЕЛОВЕКА**  
основной профессиональной образовательной программы  
по направлению подготовки высшего образования  
**49.03.01 «Физическая культура»**

Профиль подготовки:

**Физкультурно-оздоровительная работа**

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 профилем подготовки:

*Тренерская деятельность:*

- 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 процесса 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;

*Рекреационная деятельность:*

- Обеспечивать уровень двигательной активности, соответствующий состоянию и потребностям обучающихся.

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

Дисциплина относится к Блоку 1 *вариативной* части, дисциплинам по выбору студента, устанавливаемые вузом. 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*. 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) общепрофессиональные (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).

#### 1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- методы исследования возрастных особенностей, особенности индивидуального развития человека (ОПК-1),</li> <li>- возрастные особенности строения, функции и медико-биологические особенности организма занимающихся физической культурой и спортом (ОПК-1);</li> <li>- индивидуально-типологические особенности занимающихся, возрастные и физические особенности занимающихся (ОПК-1).</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 (ОПК-1),</li> <li>- определять и применять медико-биологические факторы, определяющие эффективность деятельности в ИВС (ОПК-1);</li> <li>- подобрать необходимый методический аппарат при организации занятий, направленных на сохранение здоровья занимающихся, анализировать особенности контингента (ОПК-1).</li> </ul>
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- основными понятиями и законами в биологии (ОПК-1),</li> <li>- опытом определения медико-биологических, психологических и санитарно-гигиенических факторов, влияющих на эффективность деятельности в ИВС (ОПК-1);</li> <li>- технологией использования средств физической культуры для сохранения здоровья занимающихся, методами диагностики индивидуальных особенностей занимающихся (ОПК-1).</li> </ul>

#### 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		
Семинары (С)	34		16/18		
Практические занятия (ПЗ)					
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>108</b>		
	<b>зачетные единицы</b>	<b>3</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:					
<i>Контрольная работа</i>		36			18/18
<i>Подготовка к сдаче экзамена</i>		36			18/18
<i>Изучение теоретического материала</i>		10			5/5
<i>Подготовка к текущему контролю</i>		10			5/5
Вид промежуточной аттестации (экзамен)		экзамен			+
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>часы</b>	<b>108</b>			<b>108</b>
	<b>зачетные единицы</b>	<b>3</b>			<b>3</b>

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