ФИЗИОЛОГИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. Цель освоения дисциплины

Формирование общепрофессиональной компетенции по осуществлению педагогической деятельности на основе специальных научных знаний в области физиологии физкультурно-спортивной деятельности, а также формированию профессиональной компетенции по освоению и использованию теоретических знаний и практических умений и навыков в области физиологии физкультурно-спортивной деятельности при решении профессиональных задач педагога физической культуры.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физиология физкультурно-спортивной деятельности» относится к базовой части блока дисциплин.
Для освоения дисциплины «Физиология физкультурно-спортивной деятельности» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Безопасность жизнедеятельности», «Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья», «Гимнастика с методикой преподавания», «Легкая атлетика с методикой преподавания», «Основы медицинских знаний», «Педагогика», «Природные опасности и защита от них», «Психология», «Спортивное ориентирование с методикой преподавания», «Спортивные и подвижные игры с методикой преподавания», прохождения практик «Учебная (ознакомительная) практика», «Учебная (по закреплению профессионально-прикладных умений и навыков) практика», «Учебная (технологическая по психологии) практика».
Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Плавание с методикой преподавания», «Спецкурс по курсовой работе (методика обучения и воспитания безопасности жизнедеятельности)», «Спортивные и подвижные игры с методикой преподавания», «Адаптивная физическая культура», «Лечебная физическая культура», «Оздоровительно-досуговые технологии», «Физкультурно-спортивные сооружения», прохождения практик «Производственная (педагогическая по основам безопасности жизнедеятельности) практика», «Производственная (педагогическая) практика», «Учебная (по закреплению профессионально-прикладных умений и навыков) практика».

3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:
– способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний (ОПК-8);
– способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности (ПК-7).

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

знать
– физологические основы двигательной деятельности;
– физиологические требования к организации урока и спортвной тренировки;
– физиологические основы здоровьесбережения в процессе физкультурно-спортивной деятельности;

уметь

– выполнять основные физиологические методики исследований функций органов и систем человека;
– на основе физиологических показателей делать выводы о характере влияния того или иного вида спорта на физическое развитие ребенка в различные возрастные периоды;
– использовать знания о возрастных особенностях развития индивида для их учета в процессе физкультурно-спортивной деятельности с целью сохранения и укрепления здоровья;

владеть
– интерпретации результатов физиологических измерений для правильного построения занятий физической культурой;
– навыками адекватного планирования нагрузки в тренировочном процессе;
– методиками определения физиологических индивидуально-типологических особенностей человека.

4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение

количество зачётных единиц – 4,
общая трудоёмкость дисциплины в часах – 144 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 14 ч., СРС – 126 ч.),
распределение по семестрам – 3 курс, лето,
форма и место отчётности – аттестация с оценкой (3 курс, лето).

5. Краткое содержание дисциплины

Физологические основы двигательной деятельности.
Введение в предмет «Физиология физической культуры и спорта». Общий обзор организма человека. Физиология возбудимых тканей. Физиология мышечной деятельности. Вегетативные системы обеспечения мышечной деятельности. Обмен веществ, энергообеспечение и гуморальная регуляция мышечной работы

Физиологические основы организации занятий физической культурой и спортом.
Физиология спортивной тренировки. Физиологические основы урока физической культуры. Физиологические особенности занятий различными видами спорта детьми и подросткам

Физиологические основы здоровьесбережения в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
Физиологические основы оздоровительной физической культуры. Физиологические особенности адаптации к физической нагрузке в зависимости от поло-возрастных особенностей развития человека

6. Разработчик

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры эколого-биологического образования и медико-педагогических дисциалин Л.И. Алешина.