

ФИЗИОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

1. Цель освоения дисциплины

Формирование системы знаний в области физиологии физической культуры и спорта.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Физиология физической культуры и спорта» относится к базовой части блока дисциплин.

Для освоения дисциплины «Физиология физической культуры и спорта» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Анатомия», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «История физической культуры и спорта», «Методика преподавания волейбола», «Методика преподавания гимнастики», «Методика преподавания легкой атлетики», «Методика преподавания подвижных игр», «Методика преподавания спортивного ориентирования», «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование», «Оборона государства и основы военной службы», «Теоретические основы безопасности жизнедеятельности», «Учебная практика (по получению первичных профессиональных умений и навыков)». Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Биомеханика», «Методика преподавания фитнеса», «Проектирование основных и дополнительных образовательных программ», «Спортивная метрология», «Теория и методика физической культуры и спорта», «Безопасность организации массовых мероприятий», «Дорожно-транспортная безопасность», «Ноксология и безопасность человека», «Охрана и оценка условий труда», «Педагогическое мастерство спортивного педагога», «Производственная (педагогическая) практика по безопасности жизнедеятельности», «Производственная (педагогическая) практика по физической культуре», «Система управления безопасностью жизнедеятельности в РФ», «Теория риска», «Учебная (научно-исследовательская) практика», «Формирование профессиональных компетенций учителя физической культуры», прохождения практики «Производственная (преддипломная) 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 применять предметные знания в образовательном процессе (ПК-3).

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

знать

- физиологические механизмы осуществления мышечной деятельности;
- физиологические требования к организации урока и спортивной тренировки;

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;

владеть

- интерпретации результатов физиологических измерений для правильного построения занятий физической культурой;
- навыками адекватного планирования нагрузки в тренировочном процессе.

4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение

количество зачётных единиц – 3,

общая трудоёмкость дисциплины в часах – 108 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 16 ч., СРС – 92 ч.),

распределение по семестрам – 3 курс, лето, 3 курс, зима,

форма и место отчётности – экзамен (3 курс, лето).

5. Краткое содержание дисциплины

Физиологические механизмы осуществления мышечной 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 занятий физической культурой и спортом.

Физиология спортивной тренировки. Физиологические основы урока физической культуры.

Физиологические особенности занятий различными видами спорта детьми и подростками

6. Разработчик

Грибанова Ольга Викторовна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры эколого-биологического образования ВГСПУ.