

# АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Физиология спорта

по направлению 49.03.01 –Физическая культура

## 1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель преподавания курса: изучение физиологических механизмов обеспечения мышечной деятельности при занятиях различными видами спорта, физическими упражнениями лиц с нарушениями функций.

Задачи:

- Изучение физиологических характеристик различных видов мышечной деятельности и состояний, возникающих при спортивной деятельности;
- Усвоение основных принципов совершенствования двигательной деятельности в процессе физического воспитания;
- Овладение знаниями и практическими навыками научно-обоснованного построения тренировочных занятий в различных видах спорта.
- Познание физиологических основ и эффективности использования массовых форм физических упражнений

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

«Физиология спорта» является курсом, включенным в базовая часть (Б1.О.09), подготовки студентов направления «Физическая культура». Входные знания, умения и компетенции, необходимые для изучения данного курса, формируются в процессе изучения курсов: Биометрия, Биохимия спорта, Анатомия человека, Биология с основами экологии, Теория и методика физической культуры, Физиология человека, Организационно-исследовательская деятельность, Инновационные технологии в физической культуре и спорте. Дисциплина является предшествующей для курсов: Преддипломная практика, Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена, Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы.

## 3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих **компетенций**:

ОПК-1 Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста;

ОПК-11 Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.

**знать:** основные понятия и общие закономерности взаимодействия организма с внешней средой, включая лиц с отклонениями в состоянии здоровья; механизмы регуляции функций при физических нагрузках, занятиях спортом; механизмы и фазы формирования двигательных навыков, включая лиц с отклонениями в состоянии здоровья; механизмы адаптации к факторам внешней среды, их влияние на работоспособность.

**уметь:** проводить оценку функционального состояния организма человека в покое и при физических нагрузках; тестировать функциональное состояние организма при занятиях спортом, адаптивным спортом; контролировать динамику морфофункциональных изменений в организме человека при мышечной деятельности и занятиях спортом.

**владеть:** методиками физиологического эксперимента и иметь опыт научного исследования основных физиологических функций человека в покое и при физических нагрузках.

#### **4. Общая трудоемкость дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единицы (144 часа)

#### **5. Образовательные технологии**

В ходе освоения дисциплины при проведении аудиторных занятий используются следующие образовательные технологии: активные - лекции-визуализации, тематические семинары, тематические доклады, лабораторные занятия; интерактивные - семинары-конференции, доклады-дискуссии, семинары-презентации.

Удельный вес занятий проводимых с использованием интерактивных форм составляет 15 часов.

При организации самостоятельной работы занятий используются следующие образовательные технологии: активные – конспектирование, доклады, рефераты; интерактивные – семинары-конференции, доклады-дискуссии, семинары-презентации.

#### **6. Контроль успеваемости**

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды текущего контроля: тестирование, опрос во время лабораторных занятий.

Промежуточная аттестация проводится в форме: экзамена.