

## АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

### «Физиология спорта»

49.03.01 *Физическая культура*

Направленность (профиль) «*Спортивная тренировка в избранном виде спорта*»

Квалификация: бакалавр

#### 1. Целью изучения дисциплины является:

является создание целостного представления об организме человека, изучить физиологические закономерности функционирования клеток, органов, систем и организма в целом в условиях физиологического покоя и при адаптации к физическим нагрузкам; изучение влияния физических нагрузок на организм человека; раскрытие механизма адаптации его к физическим нагрузкам и тем самым способствовать медико-биологическому обеспечению современного спорта; дисциплина предназначена для более углубленного формирования знания по вопросам физиологии спорта.

#### Для достижения цели ставятся задачи:

- изучить функционирование различных тканей, органов, систем с позиций их регуляции, а также специфичности структуры, кровоснабжения, метаболизма и энергообеспечения;
- определить возрастные, половые и индивидуальные различия способностей человека для обоснования норм и характера двигательной активности в спортивно - массовой работе;
- сформировать представление об организме, как едином целом, который осуществляет жизнедеятельность при морфофункциональном единстве взаимодействия субклеточных структур, клеток, тканей, органов, физиологических и функциональных систем, объединенных по иерархическому принципу;
- изучить физиологическую характеристику состояний организма при спортивной деятельности;
- выявить особенности механизмов адаптации организма человека к мышечной работе в различных климато-географических условиях.

#### 2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Физиология спорта» (Б1.В.08) относится к той части учебного плана, которая формируется участниками образовательных отношений, и изучается на 2 курсе в 4 семестре в очной форме обучения, в заочной форме обучения – на 2 курсе.

| <b>МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП</b>   |         |
|--|---------|
| Индекс   | Б1.В.08 |
| <b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>   |         |
| Дисциплина «Физиология спорта» относится к части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений. Для освоения дисциплины «Физиология спорта» студенты используют знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения профессиональных предметов по физической культуре и спорту, а также предметов медико-биологической направленности на предыдущих курсах университета |         |
| <b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>   |         |
| Дисциплины, для которых данная дисциплина является предшествующей, реализуют освоение компетенций УК-7, УК-8, ПК-2   |         |

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения ОПОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю):

| Код компетенций | Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ООП   | Индикаторы достижения компетенций  | Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами   |
|-----------------|--|--|---|
| <b>УК-7</b>     | Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности   | <p>УК.Б-7.1 выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности</p> <p>УК.Б-7.2 планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p> <p>УК.Б-7.3 соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях в профессиональной деятельности</p>   | <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-ценности, функции физической культуры и спорта; роль физической культуры и спорта в развитии общества</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-планировать и организовывать учебно-тренировочные занятия, применять различные системы упражнений с целью совершенствования физической подготовленности для сохранения и укрепления здоровья</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-принципами, методами и средствами организации занятий физической культурой и спортом; в том числе оздоровительной физической культурой</li> </ul>   |
| <b>УК-8</b>     | Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов | <p>УК.Б-8.1 анализирует факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений)</p> <p>УК.Б-8.2 выявляет проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций</p> <p>УК.Б-8.4 разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; оказывает первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях</p> | <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-научно обоснованные способы поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- виды опасных ситуаций и способы преодоления опасных ситуаций;</li> <li>- основы медицинских знаний и приемы первой медицинской помощи</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создавать и поддерживать безопасные условия труда на рабочем месте;</li> <li>-различать факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций;</li> <li>-предотвращать возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний</li> </ul> |

|             |   |   |   |
|-------------|---|---|---|
|             |   |   | <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций;</li> <li>- навыками выявления и устранения проблем, связанных с нарушениями техники безопасности на рабочем месте;</li> <li>- приемами первой медицинской помощи; способами гражданской обороны по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций</li> </ul>   |
| <b>ПК-2</b> | способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся | <p>ПК.Б-2.1. Использует в своей деятельности знания отечественных и зарубежных современных подходов</p> <p>ПК.Б-2.2. Осуществляет отбор педагогически обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры</p> <p>ПК.Б-2.3. Составляет частные методики физического воспитания с на основе обоснованных форм, методов и приемов организации деятельности обучающихся на уроках физической культуры</p> | <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- современное состояние области знаний и (или) профессиональной деятельности, соответствующей преподаваемым учебным предметам, курсам, дисциплинам (модулям), дополнительной общеобразовательной программы</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать при проведении досуговых мероприятий педагогически обоснованные формы, методы, способы и приемы организации деятельности и общения учащихся с учетом их возраста, состояния здоровья и индивидуальных особенностей</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <p>формирования метапредметных компетенций, умения учиться и универсальных учебных действий до уровня, необходимого для освоения образовательных программ основного и среднего (полного) общего образования</p> |

**4. Общая трудоемкость дисциплины (модуля):** 3 ЗЕТ, 108 академических часов.

**5. Форма промежуточного контроля:** экзамен

**6. Разработчик:** Батчаева К. Х.-Д., ст. преподаватель кафедры ТОФК и туризма