

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:

ФИО: Худин Александр Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 27.01.2021 14:29:43

Уникальный программный ключ:

08303ad8de1c00b0673b1de7089ac09ac9da143f415362na0ee37e75fa19

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

"Курский государственный университет"

Кафедра медико-биологических дисциплин, оздоровительной и адаптивной физической культуры

УТВЕРЖДЕНО

протокол заседания

Ученого совета от 24.04.2017 г., №10

Рабочая программа дисциплины

Физиология спорта

Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование

Профиль подготовки: Преподавание физической культуры

Квалификация: бакалавр

Факультет физической культуры и спорта

Форма обучения: очная

Общая трудоемкость 3 ЗЕТ

Виды контроля в семестрах:
экзамен(ы) 6

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	6 (3.2)		Итого	
Неделя	15			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	14	14	14	14
Семинарские	30	30	30	30
Итого ауд.	44	44	44	44
Контактная работа	44	44	44	44
Сам. работа	28	28	28	28
Часы на контроль	36	36	36	36
Итого	108	108	108	108

Рабочая программа дисциплины Физиология спорта / сост. к.м.н., доц.Лунева Н.В.; Курск. гос. ун-т. - Курск, 2017. - с.

Рабочая программа составлена в соответствии со стандартом, утвержденным приказом Минобрнауки России от 04 декабря 2015 г. № 1426 "Об утверждении ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (уровень бакалавриата)" (Зарегистрировано в Минюсте России 11 января 2016 г. № 40536)

Рабочая программа дисциплины "Физиология спорта" предназначена для методического обеспечения дисциплины основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование профиль Преподавание физической культуры

Составитель(и):

к.м.н., доц.Лунева Н.В.

© Курский государственный университет, 2017

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	изучение теоретических и практических основ проявления жизнедеятельности организма человека и механизмов регуляции функций в условиях действия разнообразных внешних факторов и при выполнении физической деятельности различного вида, мощности, продолжительности; а также физиологических механизмов компенсации нарушенных функций организма у лиц, имеющих отклонение в состоянии здоровья и инвалидов по зрению, слуху, с нарушением речевых функций, поражением опорно-двигательного аппарата.
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ООП:	Б1.В.ДВ.11
--------------------	------------

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ДПК-1: готовность использовать анатомо-физиологические знания в области соответствующего профиля (физкультурное образование) в пределах основной образовательной программы

Знать:

основные понятия и общие закономерности строения организма, механизмы регуляции функций в процессе жизнедеятельности и выполнении мышечной работы различного вида, характера, мощности;

Методы исследования в спортивной физиологии

Функциональные изменения в организме при физических нагрузках

Уметь:

проводить оценку сформированности организма человека на различных этапах развития;

контролировать динамику морфофункциональных изменений в организме человека при выполнении физической деятельности;

Владеть:

методами оценки определения зрелости функционального состояния человека и отдельных систем органов в покое и при физической работе;

ДПК-2: способность-применять медико-биологические знания и практические навыки в формировании предметных образовательных результатов обучения

Знать:

Физиологическую характеристику состояния организма при спортивной деятельности.

Физиологические основы утомления спортсменов.

Физиологическую характеристику восстановительных процессов

Уметь:

Проводить контроль и давать оценку результатам контроля при тестировании и пробах.

Владеть:

методами морфометрии

ОК-9: способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
Знать:
основные жизнеугрожающие состояния
Уметь:
оказывать доврачебную помощь
Владеть:
способами сердечно-легочной реанимации

ОПК-2: способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся
Знать:
Физиологические основы спортивной тренировки
Особенности физиологии организма с учетом пола и возраста
Уметь:
Использовать средства, улучшающие адаптацию, акклиматизацию.
Владеть:
методами контроля динамики морфофункциональных изменений в организме человека при выполнении физической деятельности.

ПК-4: способностью использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета
Знать:
Уметь:
Владеть:

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем	Вид занятий	Семестр / Курс	Часов	Интеракт.
-------------	-----------------------------	-------------	----------------	-------	-----------

	Раздел 1. Общая спортивная физиология	Раздел			
1.1	Введение. Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений	Лек	6	4	0
1.2	Физиологические основы адаптации к физическим нагрузкам	Лек	6	4	0
1.3	Физиология произвольных движений, физиологические механизмы компенсации нарушений опорно-двигательного аппарата	Лек	6	2	0
1.4	Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности	Сем зан	6	2	0
1.5	История состояние и перспектива развития спортивной физиологии.	Сем зан	6	2	0
1.6	Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам. Функциональная система адаптации. Понятие о физиологических резервах организма, их характеристика и классификация.	Сем зан	6	2	0
1.7	Изменения функций различных органов и систем организма. Функциональные сдвиги при нагрузках постоянной и переменной мощности.	Ср	6	2	0
1.8	Значение функциональных изменений для оценки работоспособности спортсменов.	Ср	6	2	0
1.9	Предстартовые состояния. Разминка и вращивание. Устойчивое состояние при циклических упражнениях.	Ср	6	2	0
1.10	Виды работы по мощности. Особые состояния организма при циклических, ациклических, статических, и упражнениях переменной мощности.	Ср	6	2	0
1.11	Определение и физиологические механизмы развития утомления. Факторы утомления и состояния функций организма.	Ср	6	2	0
1.12	Принципы и методы тестирования физической работоспособности.	Ср	6	2	0
1.13	Резервы физической работоспособности	Ср	6	2	0
	Раздел 2. Частная адаптация к физическим нагрузкам лиц с ограниченными возможностями	Раздел			
2.1	Физиологические механизмы формирования двигательных навыков	Лек	6	4	0
2.2	Физиологические закономерности и механизмы развития физических качеств	Сем зан	6	4	0
2.3	Физиологические механизмы развития тренированности	Сем зан	6	4	0

2.4	Современная классификация физических упражнений. Физиологическая характеристика спортивных поз и статических нагрузок.	Сем зан	6	4	0
2.5	Физиологическая характеристика нестандартных движений.	Сем зан	6	4	0
2.6	Формы проявления, механизмы и резервы развития силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости. Механизмы и закономерности их развития.	Сем зан	6	4	0
2.7	Физиологические механизмы формирования двигательных навыков.	Сем зан	6	4	0
2.8	Физиологические закономерности и стадии формирования двигательных навыков.	Ср	6	2	0
2.9	Тестирование функциональной подготовленности спортсменов в покое.	Ср	6	2	0
2.10	Влияние температуры и влажности воздуха на спортивную работоспособность.	Ср	6	2	0
2.11	Спортивная работоспособность в условиях изменённого барометрического давления, при смене поясно-климатических условий.	Ср	6	2	0
2.12	Морфофункциональные особенности женского организма.	Ср	6	2	0
2.13	Сенситивные периоды. Акселерация и ретардация роста и развития детей и подростков.	Ср	6	2	0
2.14	Физиологические характеристики перетренированности и перенапряжения.	Ср	6	2	0

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания для текущей аттестации

«Оценочные материалы для текущей аттестации одобрены протоколом заседания кафедры медико-биологических дисциплин от «17 апреля» 2017 года № «10» и являются приложением к рабочей программе дисциплины».

5.2. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

«Оценочные материалы для промежуточной аттестации одобрены протоколом заседания кафедры медико-биологических дисциплин от «17 апреля» 2017 года № «10» и являются приложением к рабочей программе дисциплины».

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Заглавие	Эл. адрес	Кол-
Л1.1	Чинкин А. С., Назаренко А. С. - Физиология спорта - Москва: Спорт, 2016.	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430410	1

6.1.2. Дополнительная литература			
	Заглавие	Эл. адрес	Кол-
Л2.1	Солодков А. С., Сологуб Е. Б. - Физиология человека: Общая. Спортивная. Возрастная - Москва: Спорт, 2015.	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430455	1
Л2.2	Чинкин А. С., Назаренко А. С. - Физиология спорта: Учебное пособие - Москва: Спорт, 2016.	http://www.iprbookshop.ru/43922	1
6.1.3. Методические разработки			
	Заглавие	Эл. адрес	Кол-
Л3.1	Дудник С. - Физиология спорта - Санкт-Петербург, 2013.	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362952	1
6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"			
Э1	www.sportmed.ru		
6.3.1 Перечень программного обеспечения			
7.3.1.1	MicrosoftWindows 7 Prof		
7.3.1.2	MicrosoftOfficeProfessional 2003		
7.3.1.3	7-Zip		
7.3.1.4	AdobeAcrobatReader DC		
7.3.1.5	GoogleChrome		
7.3.1.6	Gnuplot		
7.3.1.7			
6.3.2 Перечень информационных справочных систем			
7.3.2.1	- Электронная библиотечная система «Научная библиотека КГУ» http://www.lib.kursksu.ru/ ;		
7.3.2.2	- Электронно-библиотечная система IPRBooks http://www.iprbookshop.ru/ ;		
7.3.2.3	- Электронная библиотека Юрайт http://www.biblio-online.ru/		
7.3.2.4	- Российский образовательный портал http://www.school.edu.ru/default.asp ;		
7.3.2.5	- Научная электронная библиотека http://elibrary.ru/ ;		
7.3.2.6	- Федеральная университетская компьютерная сеть России http://www.runnet.ru/ ;		
7.3.2.7	- Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" http://window.edu.ru/ .		

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
7.1	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, г. Курск, 305000, ул. Радищева, 33, 163
7.2	Мобильный ПК ASUSX52JB - 1 шт.
7.3	Интерактивная доска SMARTBOSRDSMB480 - 1 шт.
7.4	Плазменная панель LG 50PA4510 - 1 шт.
7.5	Комплекты учебных столов - 18 шт.
7.6	Стулья - 36 шт.
7.7	Трибуна лекторская - 1 шт.
7.8	Доска учебная - 1 шт.
7.9	Шкаф с полками - 2 шт.
7.10	Шкаф со стеклом - 1 шт.
7.11	Шкаф низкий комбинированный - 2 шт.
7.12	Антресоль - 3 шт.
7.13	Шкаф навесной - 2 шт.
7.14	Стол однотумбовый - 1 шт.
7.15	
7.16	Учебная аудитория, 305000, г. Курск, ул. Радищева, 33, 146
7.17	Столов – 61 шт.
7.18	Посадочных мест – 162.
7.19	Компьютеров:
7.20	27 моноблоков MSI - модель MS-A912, 2гб оперативной памяти, Athlon CPU D525 1.80GHz

7.21	13 моноблоков Asus - модель ET2220I, 4гб оперативной памяти, intelCore i3-3220 CPU 3.30 GHz
7.22	

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**1. Методические указания по освоению дисциплины (модуля)**

Студентам необходимо ознакомиться с содержанием рабочей программы, с целями и задачами дисциплины, ее связями с другими дисциплинами образовательной программы, методическими разработками, имеющимся на кафедре.

1.1. Указания по подготовке к занятиям лекционного типа

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, поэтому студентам рекомендуется перед очередной лекцией просмотреть по конспекту материал предыдущей. При затруднениях в восприятии материала следует обращаться к основным литературным источникам, к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на занятиях семинарского типа.

1.2 Студенты должны ознакомиться с темами семинарских занятий, изучить рекомендуемую литературу и источники, сориентироваться в понятийном аппарате, подготовить выступление по теме, принимать участие в обсуждении.

1.3 Экзамен проводится в устной форме. Вопросы для подготовки к экзамену выдаются заранее.