

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Щёкина Вера Витальевна

Должность: Ректор

Дата подписания: 03.11.2019 07:09:46

Уникальный программный ключ:

a2232a55157e576531a0f091104112a153989420410356401573a454e37789



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Благовещенский государственный педагогический университет»

ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа дисциплины

УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета

физической культуры и спорта

ФГБОУ ВО БГПУ

 **О.В. Юречко**
«22» мая 2019 г.

Рабочая программа дисциплины

ФИЗИОЛОГИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

Направление подготовки

**49.03.02 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ
В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (адаптивная физическая культура)**

Профиль

АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Принята

**на заседании кафедры теории
и методики физической культуры,
безопасности жизнедеятельности и здоровья
(протокол № 12 от «15» мая 2019 г.)**

Благовещенск 2019

СОДЕРЖАНИЕ

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	4
3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ)	5
4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ	9
5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	11
6. ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ) УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА.....	16
7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ.....	23
8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	23
9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ	24
10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА	24
11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ	Ошибка! Закладка не определена.

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Цель дисциплин: формирование систематизированных знаний и практических умений в области физиологии физического воспитания и спорта лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

1.2 Место дисциплины в структуре ООП: Дисциплина «Физиология физического воспитания и спорта» относится к блоку Б1 дисциплин Б1.Б.30. Для освоения дисциплины «Физиология физического воспитания и спорта» необходимы знания и умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: общая патология и тератология.

1.3 Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций: ОПК-4, ОПК-7:

-ОПК- 4. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся, с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся, индикаторами достижения которой является:

- ОПК - 4.1 Оценивает состояние занимающихся и обеспечивает контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния занимающихся.

- ОПК - 4.2 Владеет методами измерения психофизического состояния занимающихся с учетом нозологических форм заболеваний занимающихся.

- ОПК – 4.3 Использует методы измерения и оценки физического развития, функциональной подготовленности, психического состояния лиц с отклонениями в состоянии здоровья и способен к внесению коррекций в восстановительные воздействия в зависимости от результатов измерений и (или) рекомендаций членов междисциплинарной команды.

-ОПК- 7. Способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций, индикаторами достижения которой является:

- ОПК- 7.4 Демонстрирует способность к развитию психических и физических качеств занимающихся с учетом сенситивных периодов развития их функций, этиологии и патогенеза заболеваний, воплощать в жизнь задачи развивающего обучения, обеспечивающего оптимальное умственное и физическое развитие человека.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения дисциплине в результате изучения студент должен:

-знать:

- основные функций органов, систем и целостного организма с механизмами их регуляции в покое и при мышечной деятельности разного характера и интенсивности (мощности) у людей разного возраста и пола;
- эффекты адаптации к физическим нагрузкам;
- физиологические закономерности жизнедеятельности организма человека в процессе его мышечной деятельности и, в частности, в условиях напряженных спортивных нагрузок.

-уметь:

- оценивать эффективность занятий физической культурой и спортом
- применять основные физиологические методики исследований функций органов и систем человека в тренировочном процессе
- интерпретировать результаты физиологических измерений для правильного построения процесса физического воспитания

-владеть:

- методами оценки величины физической нагрузки;

- способами, оказания первой доврачебной помощи пострадавшим.

1.5 Общая трудоемкость дисциплины «Физиология физического воспитания и спорта» составляет 3 зачетные единицы (далее – ЗЕ) (108 часов)

№	Наименование раздела	Курс	Семестр	Кол-во часов	ЗЕ
1.	Физиология физического воспитания и спорта	3	5	108	3

Общая трудоемкость дисциплины «Физиология физического воспитания и спорта» составляет 3 зачетные единицы.

Программа предусматривает изучение материала на лекциях и практических занятиях. Предусмотрена самостоятельная работа студентов по темам и разделам. Проверка знаний осуществляется фронтально, индивидуально.

1.6 Объем дисциплины и виды учебной деятельности

Объем дисциплины и виды учебной деятельности (очная форма обучения)

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр 5
Общая трудоемкость	108	108
Аудиторные занятия	54	54
Лекции	22	22
Практические занятия	32	32
Самостоятельная работа	54	54
Вид итогового контроля	-	зачет