

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Факультет *Кафедра физвоспитания*
Кафедра *Физической культуры и здоровьесберегающих технологий*

Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)

дисциплина *Б1.В.04 Физиология физкультурно-спортивной деятельности*

часть, формируемая участниками образовательных отношений

Направление

49.03.01

код

Физическая культура

наименование направления

Программа

Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Форма обучения

Заочная

Для поступивших на обучение в
2019 г.

Стерлитамак 2022

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций

Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)
ПК-8. Способен организовывать участие занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	ПК-8.1. Ведет отчетную документацию по организации участия занимающегося в мероприятиях медико-биологического, научно-методического и антидопингового обеспечения спортивной подготовки	Обучающийся должен: Знать информацию об актуальных вопросах спортивной гигиены, диетологии, физиологии и фармакологии, разъяснять занимающимся прикладные аспекты по данным направлениям
	ПК-8.2. Дает обоснованные рекомендации по содержанию спортивного и оздоровительного питания (диеты), соблюдению режима труда и отдыха занимающегося с целью сохранения функционального состояния и спортивной формы	Обучающийся должен: Уметь Выявлять у занимающегося первые признаки ухудшения здоровья, травмы, патологии
	ПК-8.3. Использует данные дневников самоконтроля,	Обучающийся должен: Владеть Методами контроля за номенклатурой

	данные медико-биологического тестирования наблюдения для коррекции процесса спортивной подготовки	принимаемых занимающимся, спортсменом фармакологических средств
--	--	---

2. Цели и место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Цели изучения дисциплины:

Дисциплина «Физиология физкультурно-спортивной деятельности» относится к вариативной части.

Целями освоения дисциплины «Физиология физкультурно-спортивной деятельности» являются изучение закономерностей и механизмов изменения функций клеток, тканей, органов, систем органов и целостного организма человека при занятиях физической культурой и спортом

Дисциплина изучается на 3 курсе в 5, 6 семестрах

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 144 акад. ч.

Объем дисциплины	Всего часов
	Заочная форма обучения
Общая трудоемкость дисциплины	144
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	
лекций	2
практических (семинарских)	8
другие формы контактной работы (ФКР)	1,2
Учебных часов на контроль (включая часы подготовки):	7,8
экзамен	
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	125

Формы контроля	Семестры
экзамен	6

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

№ п/п	Наименование раздела / темы дисциплины	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)				СР
		Контактная работа с преподавателем				
		Лек	Пр/Сем	Лаб		
1.6	Физиологические механизмы формирования двигательных навыков	0	0	0	10	
1.7	Тренированность. Показатели тренированности	0	0	0	10	
1.8	Возрастные особенности тренировки и спортивного отбора спортсменов	0	0	0	10	
1.10	Физиологические основы спортивной работоспособности в особых условиях внешней среды	0	0	0	8	
1.11	Физиологические основы здорового образа жизни	0	0	0	8	
1.12	Физиологические механизмы влияния массовых форм физических упражнений на организм человека	0	0	0	8	
1.13	Возрастные особенности занятий оздоровительной физической культурой	0	0	0	8	
1.14	Основы спортивной фармакологии	0	0	0	5	
1.5	Физиологические механизмы развития физических качеств	0	0	0	10	
1.4	Физиологические основы спортивной тренировки	0	0	0	10	
1.2	Адаптация к мышечной деятельности	0	4	0	10	
1.3	Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений	0	4	0	10	
1.1	Предмет, задачи, методы и общие понятия физиологии физкультурно-спортивной деятельности	2	0	0	10	
1.9	Физиологические основы оздоровительной физической культуры	0	0	0	8	
1		2	8	0	125	
	Итого	2	8	0	125	

4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)

Курс практических/семинарских занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
1.2	Адаптация к мышечной деятельности	Физиологические особенности

		адаптации к физическим нагрузкам Срочная и долговременная адаптация к физическим нагрузкам
1.3	Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений	Физиологическая классификация спортивных упражнений
1		

Курс лекционных занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
1.1	Предмет, задачи, методы и общие понятия физиологии физкультурно-спортивной деятельности	Состояние и перспективы развития физкультурно – спортивной деятельности. Содержание и задачи
1		