

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

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

Рабочая программа дисциплины (модуля)

дисциплина ***Б1.В.ДВ.02.01 Физиологический комплексный контроль в физкультурно-спортивной деятельности***

часть, формируемая участниками образовательных отношений

Направление

49.03.01

Физическая культура

код

наименование направления

Программа

Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Форма обучения

Заочная

Для поступивших на обучение в
2019 г.

Разработчик (составитель)

канд.пед.наук, доцент

Крылова С. В.

ученая степень, должность, ФИО

Стерлитамак 2022

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций	3
2. Цели и место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы	4
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	5
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....	5
4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).....	5
4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)	6
5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	7
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)	8
6.1. Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)	8
6.2. Перечень электронных библиотечных систем, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем	8

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-7. Способен управлять систематической соревновательной деятельностью занимающегося	ПК-7.1. Определяет цели задачи занимающегося для достижения прироста спортивного результата	Обучающийся должен: Знать средства и методы подготовки к выступлениям на соревнованиях, обеспечивающие стабильность выступления занимающегося в официальных спортивных соревнованиях,
	ПК-7.2. моделирует соревновательную деятельность занимающегося	Обучающийся должен: Уметь Мотивировать занимающихся на достижение прироста спортивных результатов,
	ПК-7.3. Формирует структуру действий занимающегося зависимости от фазы соревновательной деятельности	Обучающийся должен: Владеть навыками планирования и реализации тактики ведения соревновательной деятельности занимающегося
ПК-5. Способен планировать результаты спортивной подготовки занимающихся	ПК-5.1. Выбирает оптимальные формы и в типы нагрузок (силовой, локальный, динамический, статический).	Обучающийся должен: Знать основные виды документов планирования, методического обеспечения,

		контроля тренировочного и образовательного процессов.
	ПК-5.2. Разрабатывает планы занятий и наиболее эффективные методики проведения тренировок.	Обучающийся должен: Уметь составлять сводные перспективные, текущие и индивидуальные планы подготовки спортсменов
	ПК-5.3. Планирует и организует участие спортсменов в соревнованиях различного уровня в избранном виде спорта,	Обучающийся должен: Владеть Методикой планирования содержания тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом комплекса индивидуальных характеристик

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

Цели изучения дисциплины:

Дисциплина «Физиологический комплексный контроль физкультурно-спортивной деятельности» реализуется в рамках вариативной части

Целями освоения дисциплины «Физиологический комплексный контроль физкультурно-спортивной деятельности» являются-изучение теоретических и практических основ физиологического комплексного контроля функционирования органов и систем организма человека с позиций теории системного подхода при выполнении оздоровительных физических упражнений разного вида, мощности и продолжительности.

Дисциплина изучается на 5 курсе в 9, 10 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 108 акад. ч.

Объем дисциплины	Всего часов
	Заочная форма обучения
Общая трудоемкость дисциплины	108
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	
лекций	12
практических (семинарских)	22
другие формы контактной работы (ФКР)	0,2
Учебных часов на контроль (включая часы подготовки):	3,8
зачет	
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	70

Формы контроля	Семестры
зачет	10

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)			
		Контактная работа с преподавателем			СР
		Лек	Пр/Сем	Лаб	
1	Введение в дисциплину «Физиологический комплексный контроль физкультурно-спортивной деятельности»	6	6	0	20
4.1	исследование уровня функциональной подготовленности спортсмена	0	0	0	6
1.1	Предмет, задачи, методы и общие понятия	2	0	0	10
1.2	Основы возрастной физиологии человека и контроля физкультурно-спортивной деятельности	4	6	0	10
2	Функциональные системы	4	8	0	20
4	Функциональный профиль спортсмена	0	0	0	6
3.3	исследование энергетического компонента	0	0	0	8

	функциональной подготовленности спортсмена				
3.2	Исследования нейродинамического компонента функционального профиля спортсмена.	0	4	0	8
3	Принципы оценки функционального состояния спортсмена	2	8	0	24
2.2	Понятие о функциональной подготовленности человека, занимающегося физкультурно - спортивной деятельностью	2	4	0	10
2.1	Понятие о компонентах функциональной системы Физиологическое обоснование методов тестирования уровня энергетического компонента.	2	4	0	10
3.1	исследование психического компонента функционального профиля спортсмена	2	4	0	8
	Итого	12	22	0	70

4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)

Курс лекционных занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
1	Введение в дисциплину «Физиологический комплексный контроль физкультурно-спортивной деятельности»	
1.1	Предмет, задачи, методы и общие понятия	. Введение в дисциплину. Учебная программа учебной дисциплины
1.2	Основы возрастной физиологии человека и контроля физкультурно-спортивной деятельности	комплексный физиолого-педагогический контроль
2	Функциональные системы	
3	Принципы оценки функционального состояния спортсмена	
2.2	Понятие о функциональной подготовленности человека, занимающегося физкультурно - спортивной деятельностью	Метод функционального мышечного тестирования
2.1	Понятие о компонентах функциональной системы Физиологическое обоснование методов тестирования уровня энергетического компонента.	ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ РЕАКЦИИ НА ФИЗИЧЕСКУЮ НАГРУЗКУ И ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ ИХ ОЦЕНКИ
3.1	исследование психического компонента функционального профиля спортсмена	Методологические подходы к диагностике и контролю психической работоспособности

Курс практических/семинарских занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
1	Введение в дисциплину «Физиологический комплексный контроль физкультурно-спортивной деятельности»	
1.2	Основы возрастной физиологии человека	эффект нагрузки и функциональное

	и контроля физкультурно-спортивной деятельности	состояние организма.
2	Функциональные системы	
3.2	Исследования нейродинамического компонента функционального профиля спортсмена.	Оценка нейрофизиологического компонента работоспособности
3	Принципы оценки функционального состояния спортсмена	
2.2	Понятие о функциональной подготовленности человека, занимающегося физкультурно - спортивной деятельностью	Принципы тестирования в спорте
2.1	Понятие о компонентах функциональной системы Физиологическое обоснование методов тестирования уровня энергетического компонента.	Метод вариационной пульсометрии
3.1	исследование психического компонента функционального профиля спортсмена	структурные взаимосвязи основных компонентов функциональной подготовленности спортсменов на трех уровнях:

5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Для успешного освоения дисциплины и формирования компетенций обучающемуся необходимо систематически в полном объеме выполнять все задания самостоятельной работы, в том числе – выполнение контрольных заданий.

В организации самостоятельной работы обучающегося по дисциплине выделяются два вида – аудиторная (под руководством преподавателя) и внеаудиторная.

Основными видами самостоятельной внеаудиторной работы по дисциплине являются: усвоение содержания рекомендованной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (ЭБС, электронные учебники и т.д.), конспектирование учебной литературы, подготовку сообщений, докладов, подбор литературы (в том числе с использованием Интернет-ресурсов) по индивидуальному заданию, написание рефератов, выполнение микроисследований, закрепление теоретического материала путем выполнения практических, проблемно-ориентированных, творческих заданий, подготовка презентации по теме занятия и т.д.

При подготовке к выполнению самостоятельной работы обучающемуся необходимо:

- тщательно изучить теоретический и методический материал, изложенный в учебнике, учебном пособии и/или научных статьях;
- особое внимание уделить основным определениям и фактам по теме занятия;
- проектировать ситуации по профилю и находить творческие решения и подходы.

Темы для самостоятельной работы

- 1.Предмет, задачи, методы и общие понятия
- 2.Основы возрастной физиологии человека и контроля физкультурно-спортивной деятельности
- 3.Понятие о компонентах функциональной системы
Физиологическое обоснование методов тестирования уровня энергетического компонента.
- 4.Понятие о функциональной подготовленности человека, занимающегося физкультурно – спортивной деятельности
- 5.исследование психического компонента функционального профиля спортсмена
- 6.Исследования нейродинамического компонента функционального профиля спортсмена.

- 7.исследование энергетического компонента функциональной подготовленности спортсмена
8.исследование уровня функциональной подготовленности спортсмена

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

6.1. Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Основная учебная литература:

1. Солодков, А.С. Физиология человека: общая, спортивная, возрастная : учебник для высших учебных заведений физической культуры / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. - 7-е изд. - М. : Спорт, 2017. - 621 с. : ил. - ISBN 978-5-906839-86-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461361>(дата обращения 23.06.2021)

Дополнительная учебная литература:

2. Бельченко, Л.А. Физиология человека: Организм как целое : учебно-методический комплекс / Л.А. Бельченко, В.А. Лавриненко ; Министерство образования Российской Федерации, Новосибирский Государственный Университет. - Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2004. - 232 с. : ил.,табл., схем. - ISBN 5-94087-065-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57180>(дата обращения 23.06.2021)
1. Айзман Р. И. Физиология человека: Учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.П. Абаскалова, Н.С. Шуленина. - 2-е изд., доп. и перераб. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 432 с.: 60x90 1/16. - (Высшее образование:Бакалавриат). (переплет) ISBN 978-5-16-009279-9 <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=429943>(дата обращения 23.06.2021)

6.2. Перечень электронных библиотечных систем, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

№ п/п	Наименование документа с указанием реквизитов
--------------	--