

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Электронный учебно-методический комплекс (далее – ЭУМК) по учебной дисциплине «Физиология» разработан в соответствии с образовательными стандартами и типовой учебной программой по учебной дисциплине «Физиология» для студентов учреждений высшего образования (регистрационный номер № ТД-Н.095 /тип. от 07.09.2015), обучающихся по специальностям: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)».

Цель ЭУМК по учебной дисциплине «Физиология»:

эффективное управление, поддержка и контроль учебной деятельности студентов по изучению учебного материала, входящего в учебную программу по учебной дисциплине «Физиология».

Задачи изучения ЭУМК по учебной дисциплине «Физиология»:

- формирование знаний о закономерностях функционирования клеток, тканей, органов, систем здорового организма и механизмах их регуляции;
- определение закономерностей жизнедеятельности организма как целого в его взаимосвязи с окружающей средой;
- изучение основных показателей, характеризующих функциональное состояние организма и его систем, показателей резервов физиологических функций здорового организма;
- формирование основ знаний о методах исследования различных функций здорового организма, широко используемых в физиологии и физиологии спорта;
- формирование знаний о физиологических основах здорового образа жизни.

ЭУМК по учебной дисциплине «Физиология» включает в себя следующие структурные элементы:

- 01. Титульный лист;
- 02. Пояснительная записка;
- 03. Учебная программа по учебной дисциплине «Физиология»;
- 04. Теоретический раздел;
- 05. Практический раздел;
- 06. Раздел контроля знаний;
- 07. Вспомогательный раздел.

Содержание ЭУМК структурировано в несколько разделов.

Пояснительная записка раскрывает цель, задачи учебной дисциплины «Физиология», ее место в образовательном процессе.

Учебная программа по учебной дисциплине «Физиология» включает требования к формированию компетенций студентов и уровню усвоения содержания учебной дисциплины «Физиология»; учебно-тематический план учебной дисциплины «Физиология»; содержание учебной программы по разделам и темам.

В *теоретическом разделе ЭУМК* содержатся материалы для теоретического изучения учебной дисциплины «Физиология», которые включают краткое содержание лекционного материала по учебной дисциплине «Физиология», основные положения и определения, схемы и таблицы, с которыми необходимо ознакомиться.

Практический раздел ЭУМК представлен учебным изданием «Лабораторный практикум по учебной дисциплине «Физиология».

Раздел контроля знаний ЭУМК содержит:

– методические указания по подготовке к написанию аудиторной контрольной работы для студентов четвертого курса заочной формы получения образования;

– программные требования к экзамену по учебной дисциплине «Физиология» для студентов второго курса дневной и четвертого курсов заочной формы получения образования.

Во *вспомогательном разделе ЭУМК* представлен список рекомендуемой литературы (основной и дополнительной).

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИОЛОГИЯ»

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Физиология» разработана для студентов, обучающихся по специальностям: 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура (по направлениям)»; 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия (по направлениям)»; 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям)»; 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность (по направлениям)»; 1-88 01 01 «Физическая культура (по направлениям)», в соответствии с требованиями образовательных стандартов высшего образования I ступени: ОСВО 1-88 01 01-2013; ОСВО 1-88 01 02-2013; ОСВО 1-88 01 03-2013; ОСВО 1-88 02 01-2013; ОСВО 1-89 02 01-2013, учебными планами вышеуказанных специальностей и типовой учебной программой по учебной дисциплине «Физиология», утвержденной Министерством образования Республики Беларусь 07.09.2015 № ТД-Н.095/тип. Подготовка преподавателей физической культуры и тренеров предполагает изучение учебных дисциплин медико-биологического профиля, среди которых важное место занимает физиология. Современная теория и практика физического воспитания и спорта требует знания физиологических основ жизнедеятельности организма, его взаимодействия с окружающей средой. Знания и умения, полученные при изучении учебной дисциплины «Физиология», способствуют качественному изучению таких учебных дисциплин, как «Физиология спорта», «Гигиена», «Спортивная медицина». Для изучения учебной дисциплины «Физиология» необходимы знания по следующим учебным дисциплинам: «Биохимия», «Анатомия».

Отличительными особенностями данной учебной программы являются: реализация компетентностного подхода к подготовке специалистов в области физического воспитания и спорта в различных типах учреждений образования Республики Беларусь; обновленное содержание, современная концепция организации самостоятельной работы студентов.

Цель изучения учебной дисциплины «Физиология»: овладение знаниями об изменениях физиологических функций организма в процессе занятий физической культурой и спортом, о влиянии двигательной активности на функциональные возможности и состояние здоровья человека.

Задачи учебной дисциплины:

- формирование у студентов научных представлений о физиологических механизмах и закономерностях изменения функций организма под влиянием занятий физической культурой и спортом;
- изучение физиологических состояний, возникающих в процессе выполнения физических упражнений различной направленности, интенсивности и продолжительности;

- изучение физиологических механизмов развития физических качеств и формирования двигательного навыка;
- ознакомление с данными современных научных исследований о закономерностях формирования долговременной адаптации к мышечной деятельности с учетом возрастных и половых особенностей человека, о влиянии различных факторов окружающей среды на физическую работоспособность;
- овладение методами оценки физической работоспособности в процессе занятий физической культурой и спортом;
- изучение физиологических показателей организма, характеризующих состояние тренированности в покое, при выполнении дозированной и предельной физической нагрузки;
- формирование умений и навыков осуществления контроля и самоконтроля функционального состояния организма занимающихся физической культурой и спортом.

В результате изучения учебной дисциплины «Физиология» формируются следующие компетенции:

академические:

- 1) уметь применять базовые научно-теоретические знания для решения теоретических и практических задач;
- 2) владеть системным и сравнительным анализом;
- 3) владеть исследовательскими навыками;
- 4) уметь работать самостоятельно;
- 5) быть способным порождать новые идеи (обладать креативностью);
- 6) владеть междисциплинарным подходом при решении проблем;
- 7) иметь навыки, связанные с использованием технических устройств, управлением информацией и работой на компьютере;
- 8) обладать навыками устной и письменной коммуникации;
- 9) уметь учиться, повышать свою квалификацию в течение всей жизни;

социально-личностные:

- 1) обладать качествами гражданственности;
- 2) быть способным к социальному взаимодействию;
- 3) обладать способностью к межличностным коммуникациям;
- 4) владеть навыками здоровьесбережения;
- 5) быть способным к критике и самокритике;
- 6) уметь работать в команде;

профессиональные:

- 1) формировать физическую культуру личности;
- 2) воспитывать ответственность за результаты учебной деятельности;
- 3) формировать у занимающихся систему научных знаний, умений, навыков и готовность к их использованию в процессе физического воспитания;
- 4) организовывать и проводить разнообразные формы занятий физическими упражнениями;

- 5) использовать приемы формирования мотивации к занятиям физическими упражнениями;
- 6) осваивать и использовать современные научно обоснованные методики физического воспитания;
- 7) дифференцировать и индивидуализировать физические нагрузки;
- 8) выбирать и использовать средства и методы физической культуры;
- 9) вести переговоры с другими заинтересованными участниками;
- 10) готовить доклады и материалы к презентациям;
- 11) пользоваться глобальными информационными ресурсами, владеть современными средствами телекоммуникаций;
- 12) квалифицированно проводить научные исследования в области физической культуры и спорта;
- 13) использовать в процессе научных исследований в области физической культуры и спорта знания смежных дисциплин;
- 14) готовить научные статьи, рефераты, информационные сообщения и др.;
- 15) использовать в научных исследованиях современные информационные технологии;
- 16) разрабатывать методики коррекции и восстановления с учетом результатов научно-исследовательских работ;
- 17) выбирать эффективный критерий оптимального дозирования физической нагрузки;
- 18) формировать у занимающихся гражданские черты личности, гуманистическое мировоззрение, нравственное сознание и нравственное поведение, устойчивый интерес к спортивным и физкультурным занятиям, навыки физического самосовершенствования;
- 19) осуществлять пропаганду физической культуры, спорта и туризма, здорового образа жизни;
- 20) работать с научно-методической литературой;
- 21) контролировать и анализировать эффективность занятий физическими упражнениями;
- 22) организовывать и проводить соревнования, спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- 23) разрабатывать авторские лечебно-профилактические программы занятий, уроков физической культуры (физкультурных занятий) с учетом контингента занимающихся, условий образовательной среды;
- 24) составлять методическую, планирующую и отчетную документацию по установленным формам;
- 25) анализировать и оценивать собранные данные;
- 26) взаимодействовать со специалистами смежных профилей;
- 27) организовывать и проводить разнообразные формы занятий физической культурой лиц с нарушениями в психофизическом развитии, инвалидов с целью оздоровления, коррекции, адаптации к условиям жизнедеятельности и их реабилитации;

28) осуществлять педагогический контроль и оценивать показатели физического состояния занимающихся;

29) осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую помощь;

30) понимать особенности и специфику предпринимательской деятельности в сфере туризма;

31) продвигать на рынок и обосновывать цену на туристские услуги и товары.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен:

знать:

– физиологические механизмы жизнедеятельности организма человека в состоянии покоя и под влиянием различных факторов, включая спортивную мышечную деятельность;

– общие закономерности протекания физиологических процессов в организме человека в зависимости от возраста и пола в ходе онтогенетического приспособления к изменяющимся условиям внешней и внутренней среды;

– методы исследования функционального состояния физиологических систем организма человека;

уметь:

– определять и оценивать функциональные показатели, характеризующие жизнедеятельность основных систем организма человека;

– использовать физиологические методы в профессиональной деятельности преподавателя физической культуры, тренера;

владеть:

– функциональными методами исследования сердечно-сосудистой, дыхательной, центральной нервной, нервно-мышечной, сенсорных и других систем организма.

Изучение учебной дисциплины «Физиология» рассчитано на общее количество часов – 224, из них 120 аудиторных.

Распределение аудиторного времени по видам занятий, курсам и семестрам для дневной формы получения образования.

Курс – 2, семестры 3,4

Лекции – 52 часа

Лабораторные занятия – 68 часов

Управляемая самостоятельная работа – 20 часов.

Всего аудиторных часов по учебной дисциплине – 120, самостоятельная работа – 104 часа.

Распределение аудиторного времени по видам занятий, курсам и семестрам для дневной формы получения образования.

Курс – 3, семестры 5,6

Лекции – 6 часов

Лабораторные занятия – 8 часов.

Всего аудиторных часов по учебной дисциплине – 14, самостоятельная работа – 40 часов.

Курс – 4, семестр 7

Лекции – 8 часов

Лабораторные занятия – 8 часов.

Всего аудиторных часов по учебной дисциплине – 16, самостоятельная работа – 154 часа.

Рекомендуемы формы текущей аттестации студентов по учебной дисциплине «Физиология».

Для студентов дневной формы получения образования:

Курс 2; семестр 3 – зачет, семестр 4 – экзамен.

Для студентов заочной формы получения образования:

Курс 3; семестр 6 – зачет.

Курс 4; семестр 7 – экзамен.

По учебной дисциплине «Физиология» предусмотрено выполнение аудиторной контрольной работы для заочной формы получения образования в 7 семестре.

Методы и технологии обучения

Основными методами обучения, отвечающими цели изучения учебной дисциплины, являются:

– элементы проблемного обучения (проблемное и вариантовое изложение, частично-поисковый метод), реализуемые на лекционных занятиях;

– элементы учебно-исследовательской деятельности, реализуемые на лабораторных занятиях и при самостоятельной работе;

– коммуникативные технологии (дискуссии, учебные дебаты, «мозговой штурм» и другие формы и методы), реализуемые на лабораторных занятиях.

Учебно-методическое обеспечение учебной дисциплины направлено на освоение студентами основ инновационных технологий, развитие навыков анализа и самостоятельности принятия нестандартных решений в будущей преподавательской и тренерской деятельности.