

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Электронный учебно-методический комплекс (далее – ЭУМК) по учебной дисциплине «Возрастная физиология» разработан в соответствии с образовательными стандартами и учебной программой УВО по учебной дисциплине «Возрастная физиология» для студентов учреждений высшего образования (регистрационный номер № УД-83/уч. от 31.03.2017, 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 «Возрастная физиология»:

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

Задачи изучения ЭУМК по учебной дисциплине «Возрастная физиология»:

- формирование у обучающихся научных представлений о закономерностях развития человека, знаний об индивидуальных особенностях растущего организма;
- изучение возрастных особенностей деятельности физиологических систем в изменяющихся условиях среды существования;
- изучение закономерностей становления функциональных возможностей организма человека в разном возрасте и в процессе адаптации к физическим нагрузкам;
- овладение методами возрастной физиологии с целью использования в образовательном процессе и для разработки адекватных педагогических методик, технологий, в том числе и в спортивной деятельности;
- воспитание профессиональной ответственности за состоянием здоровья подрастающего поколения на занятиях физической культурой и спортом.

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

- 01. Титульный лист;
- 02. Пояснительная записка;
- 03. Учебная программа УВО по учебной дисциплине «Возрастная 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 «Возрастная физиология», ее место в образовательном процессе.

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

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

В *практическом разделе ЭУМК* представлены:

– краткое содержание лабораторных занятий по учебной дисциплине «Возрастная физиология».

Раздел контроля знаний ЭУМК содержит:

– программные требования к зачету по учебной дисциплине «Возрастная физиология» для студентов третьего курса дневной формы получения образования и для студентов четвертого курса заочной формы получения образования.

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

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «ВОЗРАСТНАЯ ФИЗИОЛОГИЯ»

Учебная дисциплина «Возрастная физиология» входит в комплекс дисциплин, предназначенных для реализации на первой ступени высшего образования в рамках цикла дисциплин по выбору студента.

В настоящее время система подготовки специалиста в области физической культуры и спорта требует глубоких знаний биологических основ жизнедеятельности, в том числе и возрастных закономерностей развития организма человека. Возрастная физиология изучает функции отдельных органов и систем, механизмы их регуляции и приспособления к внешней среде на протяжении всего жизненного пути от оплодотворения до конца жизни. Освоение учебной дисциплины «Возрастная физиология» будет способствовать расширению кругозора у обучающихся и поможет с позиции нестандартного мышления видеть возрастные особенности функционирования организма человека, и творчески использовать знания об индивидуальных особенностях растущего организма в будущей научной и педагогической деятельности.

ЭУМК по учебной дисциплине «Возрастная физиология» предназначен для студентов третьего курса дневной формы получения образования и для студентов четвертого курса заочной формы получения образования по специальностям: 1-88 01 01 «Физическая культура», 1-88 01 02 «Оздоровительная и адаптивная физическая культура», 1-88 01 03 «Физическая реабилитация и эрготерапия», 1-88 02 01 «Спортивно-педагогическая деятельность», 1-89 02 01 «Спортивно-туристская деятельность».

Основная цель изучения учебной дисциплины «Возрастная физиология» – овладение знаниями об основных закономерностях биологического и социального развития человека, о процессах функционирования целостного организма, его систем, органов, тканей и клеток на разных возрастных этапах.

Задачи изучения учебной дисциплины «Возрастная физиология»:

– формирование у обучающихся научных представлений о закономерностях развития человека, знаний об индивидуальных особенностях растущего организма;

– изучение возрастных особенностей деятельности физиологических систем в изменяющихся условиях среды существования;

– изучение закономерностей становления функциональных возможностей организма человека в разном возрасте и в процессе адаптации к физическим нагрузкам;

– овладение методами возрастной физиологии с целью использования в образовательном процессе и для разработки адекватных педагогических методик, технологий, в том числе и в спортивной деятельности;

– воспитание профессиональной ответственности за состоянием здоровья подрастающего поколения на занятиях физической культурой и спортом.

В результате изучения дисциплины студент **должен:**

знать:

– закономерности индивидуального развития организма человека, механизмы структурных и функциональных изменений, возникающих в ходе развития, роста, морфогенеза, дифференциации клеток, тканей, органов, систем и организма в целом;

– физиологические механизмы адаптации растущего организма к факторам среды и физическим нагрузкам;

– возрастные особенности деятельности физиологических систем в изменяющихся условиях среды существования;

уметь:

– оценивать функциональное состояние организма детей и подростков с учетом возрастных индивидуальных особенностей;

– разрабатывать программы по физическому воспитанию и спортивной подготовке с учетом возрастных закономерностей развития физических качеств и тренируемости занимающихся;

– использовать знания о возрастных индивидуальных особенностях человека при проведении спортивного отбора, для оценки перспективности юных спортсменов и планирования тренировочного процесса.

Изучение учебной дисциплины рассчитано на общее количество часов – 72, из них 34 – аудиторные часы.

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

Курс – 3-й, семестр 6-й;

Лекции – 14 часов;

Лабораторные занятия – 20 часов.

Распределение аудиторного времени по видам занятий, курсам и семестрам для заочной формы получения образования:

Курс – 4-й, семестр 7-й;

Лекции – 4 часа;

Лабораторные занятия – 6 часов.

Методы (технологии) обучения.

При изучении учебной дисциплины «Возрастная физиология» содержание всех тем лекций и лабораторных занятий ориентировано на роль и значимость изучаемых явлений в адаптации растущего организма к физическим нагрузкам. 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.

Форма текущей аттестации студентов по учебной дисциплине «Возрастная физиология» – зачет.