

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Электронный учебно-методический комплекс (далее – ЭУМК) по учебной дисциплине «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта» разработан для реализации образовательных программ на второй ступени высшего образования (магистратуре) и в соответствии с учебной программой УВО по учебной дисциплине «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта» для магистрантов учреждений высшего образования (регистрационный номер № УД-295/уч. от 27.06.2019), обучающихся по специальности: 1-08 80 04 «Физическая культура и спорт».

**Цель ЭУМК по учебной дисциплине «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта»:**

эффективное управление, поддержка и контроль учебной деятельности магистрантов по изучению учебного материала, входящего в учебную программу по учебной дисциплине «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта».

**Задачи изучения ЭУМК по учебной дисциплине «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта»:**

– формирование у магистрантов научных представлений о характере приспособительных перестроек организма, обусловленных систематической мышечной деятельностью различной направленности;

– изучение принципов организации и проведения функционального контроля на занятиях физической культурой и спортом;

– овладение методами контроля функционального состояния организма человека в процессе физического воспитания и спортивной тренировки;

– овладение навыками оценки и коррекции приспособительных реакций организма человека в процессе физического воспитания и спортивной тренировки.

ЭУМК по учебной дисциплине «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта» включает в себя следующие структурные элементы:

- 01. Титульный лист;
- 02. Пояснительная записка;
- 03. Учебная программа УВО по учебной дисциплине «Физиологические основы мышечной деятельности»;
- 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 «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта», ее место в образовательном процессе.

*Учебная программа* по учебной дисциплине «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта» включает требования к формированию компетенций магистрантов и уровню усвоения содержания учебной дисциплины «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта»; учебно-тематический план учебной дисциплины «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта»; содержание учебной программы по разделам и темам.

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

В *практическом разделе ЭУМК* представлены:

– краткое содержание лабораторных занятий по учебной дисциплине «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта».

*Раздел контроля знаний ЭУМК* содержит:

– программные требования к экзамену по учебной дисциплине «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта» для магистрантов первого курса дневной формы получения образования и для магистрантов первого курса заочной формы получения образования.

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

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»**

Актуальность изучения учебной дисциплины «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта» обусловлена необходимостью формирования специальных знаний для эффективного осуществления профессиональной подготовки специалистов на второй ступени высшего образования и является неотъемлемым компонентом в создании системы непрерывного образования.

Изучение учебной дисциплины «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта» будет способствовать формированию у обучающихся мотивации к активной деятельности в области физической культуры и спорта, всестороннему развитию и формированию личности, готовой к самооценке и самосовершенствованию.

ЭУМК по учебной дисциплине «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта» предназначен для магистрантов первого курса дневной формы получения образования и для магистрантов первого курса заочной формы получения образования по специальности: 1-08 80 04 «Физическая культура и спорт».

**Основная цель** изучения учебной дисциплины «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта» – актуализировать научные и практические знания о структурно-функциональных особенностях систем организма человека для оптимизации учебно-тренировочного процесса спортсменов и сохранения здоровья занимающихся физической культурой и спортом.

**Задачи** изучения учебной дисциплины:

– углубленное формирование у магистрантов научных представлений о структурно-функциональных возможностях организма человека в процессе занятий физической культурой и спортом;

– изучение принципов прикладного значения учебной дисциплины «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта» с целью оптимизации и индивидуализации учебно-тренировочного процесса в различных видах спорта, прогнозирования спортивных результатов, а также оздоровления человека процессе занятий физической культурой и спортом;

– акцентуация обучающихся на значении двигательной активности как основного элемента здорового образа жизни и возможности достижения высокого спортивного результата;

– овладение навыками оценки и коррекции структурно-функционального статуса организма человека в процессе физического воспитания и спортивной тренировки.

Изучение учебной дисциплины «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта» будет способствовать повышению профессиональной подготовленности специалистов в области физической культуры и спорта на второй ступени высшего образования.

В результате изучения учебной дисциплины «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта» обучающийся должен:

**знать:**

- современные теоретические и практические достижения анатомии, физиологии и медицины в спорте;
- структурно-функциональные возможности физиологических систем организма человека в процессе занятий физической культурой и спортом;
- инновационные диагностические методы оценки и мониторинга структурно-функционального статуса спортсменов в зависимости от вида спорта;
- основные риски развития патологических состояний, заболеваний и травм у спортсменов, современные методы реабилитационно-восстановительного воздействия;
- разновидности адаптации организма спортсмена к физическим нагрузкам и условиям окружающей среды;

**уметь:**

- использовать полученные знания и умения для оптимизации тренировочного процесса и прогнозирования спортивных результатов;
- проводить работу по профилактике заболеваний и травм среди спортсменов и лиц, занимающихся физической культурой;
- организовывать и проводить научные исследования с целью определения показателей структурно-функционального состояния спортсменов;
- анализировать, обобщать и интерпретировать полученную в ходе научных исследований информацию.

Изучение учебной дисциплины рассчитано на общее количество часов – 40, из них 32 – аудиторные часы.

**Методы (технологии) обучения.**

Основными методами обучения, отвечающими цели изучения учебной дисциплины «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта», являются:

- элементы проблемного обучения (проблемное и вариантовое изложение, частично-поисковый метод), реализуемые на лекционных занятиях;
- элементы учебно-исследовательской деятельности, реализуемые на практических занятиях и при самостоятельной работе;
- коммуникативные технологии (дискуссии, учебные дебаты, «мозговой штурм» и другие методы), реализуемые на практических занятиях.

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

Форма текущей аттестации магистрантов по учебной дисциплине «Медико-биологические аспекты физической культуры и спорта» – экзамен.