

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Сыктывкарский государственный университет имени Питирима Сорокина»
Институт социальных технологий
Кафедра теоретических и медико-биологических основ физической культуры

АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

«Адаптивная физическая культура»

Направление подготовки

490301 «Физическая культура»

Квалификация (степень) выпускника

Бакалавр

Форма обучения

Очная, заочная

Сыктывкар 2016

1. Цели освоения учебной дисциплины

Цель курса - освоение студентами некоторых разделов экологической физиологии, которые непосредственно касаются двигательной активности, а также тех тем, которые касаются влияния экстремальных внешних условий на тренировочный процесс.

2. Место учебной дисциплины в структуре ООП бакалавриата

Дисциплина *«Адаптивная физическая культура»* входит в профессиональный цикл (Б1.Б.25). Включает в себя сведения об основах формирования адаптационных реакций, краткую информацию о физиологических механизмах адаптации отдельных органов и систем организма человека в покое, во время и после физических нагрузок. Дается представление о работе механизмов адаптации у спортсменов различных специализаций в связи с изменениями условий окружающей среды, особенностях физиологических реакций организма человека, возникающих под влиянием различных внешних условий (климатических, биоритмологических, экстремальных) и представление о различных способах уменьшения этих негативных влияний на спортсмена. Предлагаемый курс подготовлен в соответствии с программой обучения студентов по дисциплине специализации.

При прохождении курса должны быть освоены следующие разделы программного материала:

а) **Теоретический раздел** предполагает изучение основ формирования адаптационных реакций организма человека к различным условиям среды, знание физиологических механизмов и методов диагностики неотложных состояний спортсмена.

б) **Лабораторный практикум** включает в себя освоение умений определять различные формы адаптации, овладение некоторыми методиками диагностики различных физиологических систем.

в) **Самостоятельная работа** предполагает индивидуальное расширение и совершенствование теоретических знаний и практических навыков.

г) **Контрольная работа** является самостоятельным научным трудом, где студент демонстрирует умение работать с различными источниками информации, анализировать полученный материал и формулировать выводы.

д) **Основные знания, умения и навыки** формируются в процессе обучения и контролируются после изучения определенных разделов курса *«Адаптивная физическая культура»*.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Требования к уровню профессиональной подготовленности выпускников

Специалист в сфере физической культуры и спорта в результате освоения курса Адаптационные процессы в спорте должен

Знать: историю развития гимнастики в мире, её цели и задачи, роль и место гимнастики в общей системе физического воспитания, основы техники спортивных и прикладных видов гимнастики, а также основы построения тренировочного процесса.

Уметь: выполнять основные упражнения массовых видов гимнастики и владеть методикой преподавания основной гимнастики.

Иметь навыки: самостоятельной разработки документов планирования учебно-тренировочного процесса, что позволит эффективно контролировать процесс подготовки различных категорий занимающихся.

Выпускник должен обладать следующими общекультурными (ОК-4) и профессиональными (ПК- 4,6,8,13) компетенциями.

ОК-4	умение логически верно и ясно строить устную и письменную речь;	Владеет гимнастической терминологией
ПК-4	умеет разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий	Знает общие требования различных тренировочных программ и в их соответствии планирует и разрабатывает план мероприятий для адаптации спортсмена
ПК-6	умение оценивать физические способности обучающихся, адекватно выбирать средства и методы двигательной деятельности с учетом индивидуальных особенностей учащихся	Знает медико-биологические закономерности развития физических способностей. Умеет определять функциональное состояние, физическое развитие индивида. Владеет средствами и методами двигательной деятельности для правильной организации педагогического и тренировочного процесса.
ПК-8	осознает истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы и технологию тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта	Владеет знаниями в различных областях экологической физиологии, спортивной психологии, медико-биологическим основам, гигиене, теории и методике физической культуры
ПК-13	владеет актуальными для избранного вида спорта	Умеет определять функциональное состояние, физическое развитие

	технологиями педагогического контроля и коррекции, средствами и методами управления состоянием человека	индивида. Владеет средствами и методами двигательной деятельности для правильной организации адаптационных мероприятий в избранном виде спорта.
--	---	---