



медико-биологические аспекты и психологические механизмы адаптации человека рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой естественных дисциплин

Учебный план 49.04.01 маг менедж 3++(магистры).plx
49.04.01 Физическая культура

Квалификация магистр

Форма обучения очная

Общая трудоемкость 6 ЗЕТ

| | | |
|-------------------------|-----|----------------------------|
| Часов по учебному плану | 216 | Виды контроля в семестрах: |
| в том числе: | | зачеты 2 |
| аудиторные занятия | 30 | |
| самостоятельная работа | 186 | |

Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>) | 2 (1.2) | | Итого | |
|---|---------|-----|-------|-----|
| | Неделя | | | |
| Неделя | 10 | | | |
| Вид занятий | уп | рп | уп | рп |
| Лекции | 10 | 10 | 10 | 10 |
| Практические | 20 | 20 | 20 | 20 |
| Итого ауд. | 30 | 30 | 30 | 30 |
| Контактная работа | 30 | 30 | 30 | 30 |
| Сам. работа | 186 | 186 | 186 | 186 |
| Итого | 216 | 216 | 216 | 216 |

Программу составил(и):

кбн, Нач. фак., Абрамова Владилена Романовна

Рабочая программа дисциплины

медико-биологические аспекты и психологические механизмы адаптации человека

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура (уровень магистратуры) (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 944)

составлена на основании учебного плана:

49.04.01 Физическая культура

утвержденного учёным советом вуза от 27.01.2018 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

естественных дисциплин

Протокол от 16 мая 2020 г. № 9

Зав. кафедрой Абрамова Владилена Романовна

Председатель УМС, Колесова Татьяна Кимовна

20.05. 2020 г, протокол № 5

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном годуПредседатель УМС **49.04.01**

20 мая _____ 2020 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2019-2020 учебном году на заседании кафедры **естественных дисциплин**

Протокол от 16 мая _____ 2020 г. № 9
Зав. кафедрой Абрамова Владилена Романовна

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном годуПредседатель УМС **49.04.01**

20 мая _____ 2021 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2020-2021 учебном году на заседании кафедры **естественных дисциплин**

Протокол от 18 мая _____ 2021 г. № 9
Зав. кафедрой Абрамова Владилена Романовна

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном годуПредседатель УМС **49.04.01**

_____ 2022 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2021-2022 учебном году на заседании кафедры **естественных дисциплин**

Протокол от _____ 2022 г. № ____
Зав. кафедрой Абрамова Владилена Романовна

Визирование РПД для исполнения в очередном учебном годуПредседатель УМС **49.04.01**

_____ 2023 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2022-2023 учебном году на заседании кафедры **естественных дисциплин**

Протокол от _____ 2023 г. № ____
Зав. кафедрой Абрамова Владилена Романовна

| 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) | |
|---|--|
| 1.1 | Дисциплина «Медико-биологические аспекты и психологические механизмы адаптации человека» является дисциплиной по выбору (Б.1.В.ДВ.3.1.). Изучение данной дисциплины дополняет содержание дисциплин общенаучного и профессионального циклов. Курс способствует формированию у магистрантов профессиональных компетенций, предусмотренных ФГОС, дающих представление об основных понятиях, медико-биологических аспектах и психологических механизмах адаптации человека. |
| 1.2 | Рабочая программа дисциплины «Медико-биологические аспекты и психологические механизмы адаптации человека» имеет общую трудоемкость, равную 6 зачетным единицам. |
| 1.3 | Эффективность педагогического процесса во многом зависит от соответствия используемых средств и методов физической культуры адаптационным возможностям организма человека, состоянию его здоровья, функциональным возможностям, возрастным и индивидуальным особенностям каждого спортсмена. Кроме того, эффективность управления системой физической культуры и спорта зависит от способностей будущего магистранта адаптироваться к психологическим и социальным особенностям своей профессиональной деятельности. |
| 1.4 | Цель: формирование представления об особенностях адаптации к условиям окружающей среды (в том числе и социальной), а также механизмах адаптации человека к физическим нагрузкам, что формирует умения и навыки, которые являются необходимыми при планировании физической, технико-тактической, психологической и функциональной подготовки лиц, занимающихся физической культурой и спортом. |
| 1.5 | Задачи дисциплины: |
| 1.6 | • изучение основных механизмов и принципов адаптации человека; |
| 1.7 | • ознакомление студентов с интегративной деятельностью центральной нервной системы и с механизмами регуляции и адаптации при различных функциональных состояниях человека; |
| 1.8 | • овладение знаниями о возможностях организма человека; |
| 1.9 | • формирование способности самостоятельно приобретать с помощью информационных технологий и использовать в практической деятельности новые знания и умения, в том числе в новых областях знаний, непосредственно не связанных со сферой деятельности; |
| 1.10 | • формирование способности решать нестандартные проблемы в процессе рекреационной деятельности. |

| 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ | |
|---|---|
| Цикл (раздел) ОП: | Б1.В.ДЭ.03 |
| 2.1 | Требования к предварительной подготовке обучающегося: |
| 2.1.1 | ознакомительная |
| 2.2 | Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее: |
| 2.2.1 | научно-исследовательская работа |
| 2.2.2 | профессиональная деятельность специалиста в области физической культуры и спорта |

| 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) | |
|---|---|
| УК-1: Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий | |
| Знать: | |
| Уровень 1 | недостаточно знает системные взаимосвязи внутри дисциплины и междисциплинарные отношения в современной науке; |
| Уровень 2 | знает системные взаимосвязи внутри дисциплины и междисциплинарные отношения в современной науке; |
| Уровень 3 | в полном объеме знает системные взаимосвязи внутри дисциплины и междисциплинарные отношения в современной науке; |
| Уметь: | |
| Уровень 1 | недостаточно умеет оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления; |
| Уровень 2 | умеет оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления; |
| Уровень 3 | в полном объеме умеет оперировать основными теоретическими знаниями о физической культуре и спорте на основе критического осмысления; |
| Владеть: | |
| Уровень 1 | имеет недостаточный опыт осуществления критического анализа проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработки стратегии действий; |
| Уровень 2 | имеет опыт осуществления критического анализа проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработки стратегии действий; |
| Уровень 3 | имеет достаточный опыт осуществления критического анализа проблемных ситуаций на основе системного |

| | |
|---|---|
| подхода, выработки стратегии действий; | |
| ПК-7: Способен осуществлять планирование и оценивание качества комплексной деятельности в области физической культуры и спорта | |
| Знать: | |
| Уровень 1 | недостаточно знает основы психологии, педагогики, спортивной гигиены |
| Уровень 2 | знает основы психологии, педагогики, спортивной гигиены |
| Уровень 3 | в полном объеме знает основы психологии, педагогики, спортивной гигиены |
| Уметь: | |
| Уровень 1 | недостаточно умеет выявлять и обосновывать достоинства и недостатки методики осуществления тренировочного и соревновательного процесса, а также его применимость в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации |
| Уровень 2 | умеет выявлять и обосновывать достоинства и недостатки методики осуществления тренировочного и соревновательного процесса, а также его применимость в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации |
| Уровень 3 | в полном объеме умеет выявлять и обосновывать достоинства и недостатки методики осуществления тренировочного и соревновательного процесса, а также его применимость в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации |
| Владеть: | |
| Уровень 1 | имеет недостаточный опыт оценки эффективности новейших методик осуществления тренировочного и соревновательного процесса и перспектив использования методик в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации |
| Уровень 2 | имеет опыт оценки эффективности новейших методик осуществления тренировочного и соревновательного процесса и перспектив использования методик в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации |
| Уровень 3 | имеет достаточный опыт оценки эффективности новейших методик осуществления тренировочного и соревновательного процесса и перспектив использования методик в условиях конкретной физкультурно-спортивной организации |

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

| | |
|---------------------|---|
| 3.1 Знать: | |
| 3.1.1 | основные механизмы и принципы адаптации человека; |
| 3.1.2 | интегративную деятельность центральной нервной системы и механизмы регуляции и адаптации при различных функциональных состояниях человека; |
| 3.1.3 | возможности организма человека; |
| 3.1.4 | новые области знаний, непосредственно не связанные со сферой деятельности; |
| 3.1.5 | проблемы рекреационной деятельности; |
| 3.1.6 | способы решения нестандартных проблем в процессе рекреационной деятельности |
| 3.2 Уметь: | |
| 3.2.1 | самостоятельно приобретать с помощью информационных технологий и использовать в практической деятельности новые знания и умения, в том числе в новых областях знаний, непосредственно не связанных со сферой деятельности; |
| 3.2.2 | адаптироваться к новым ситуациям, переоценке накопленного опыта, своих возможностей; |
| 3.2.3 | решать нестандартные проблемы в процессе рекреационной деятельности; |
| 3.3 Владеть: | |
| 3.3.1 | способами адаптации к новым ситуациям, переоценке накопленного опыта, своих возможностей; |
| 3.3.2 | способностью самостоятельно приобретать с помощью информационных технологий и использовать в практической деятельности новые знания и умения, в том числе в новых областях знаний, непосредственно не связанных со сферой деятельности; |
| 3.3.3 | способностью решать нестандартные проблемы в процессе рекреационной деятельности |

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| Код занятия | Наименование разделов и тем /вид занятия/ | Семестр / Курс | Часов | Компетенции | Литература | Инте пакт. | Примечание |
|-------------|--|----------------|-------|-------------|----------------------------|------------|------------|
| | Раздел 1. Основы адаптации человека | | | | | | |
| 1.1 | Понятие «адаптация». Общие закономерности и механизмы адаптации человека /Лек/ | 2 | 1 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|----|-----------|----------------------------|---|--|
| 1.2 | /Пр/ | 2 | 2 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 1.3 | /Ср/ | 2 | 20 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 1.4 | Проблемы и факторы адаптации человека /Лек/ | 2 | 0 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 1.5 | /Ср/ | 2 | 18 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 1.6 | Инстинкт человека и адаптация /Лек/ | 2 | 0 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 1.7 | /Ср/ | 2 | 20 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| Раздел 2. Виды адаптации человека | | | | | | | |
| 2.1 | Анатомо-физиологическая адаптация /Лек/ | 2 | 2 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 2.2 | /Пр/ | 2 | 4 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 2.3 | /Ср/ | 2 | 20 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 2.4 | Социально-психологическая адаптация /Лек/ | 2 | 1 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 2.5 | /Ср/ | 2 | 20 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 2.6 | Профессиональная адаптация /Лек/ | 2 | 0 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 2.7 | /Ср/ | 2 | 16 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| Раздел 3. Адаптация человека в процессе онтогенеза | | | | | | | |
| 3.1 | /Лек/ | 2 | 2 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 3.2 | /Пр/ | 2 | 6 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 3.3 | /Ср/ | 2 | 25 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| Раздел 4. Медико-биологические и социальные аспекты здоровья | | | | | | | |
| 4.1 | Здоровье и адаптация человека /Лек/ | 2 | 2 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 4.2 | /Ср/ | 2 | 23 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 4.3 | /Пр/ | 2 | 2 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |

| | | | | | | | |
|-----|---|---|----|-----------|----------------------------|---|--|
| 4.4 | Влияние негативных факторов производственной среды на организм человека /Лек/ | 2 | 2 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 4.5 | /Пр/ | 2 | 6 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |
| 4.6 | /Ср/ | 2 | 24 | УК-1 ПК-7 | Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 | 0 | |

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Понятие «адаптация». Виды адаптации.
2. Эволюция человека (адаптация к среде обитания)
3. Общие закономерности и механизмы адаптации человека
4. Проблемы и факторы адаптации
5. Инстинкты человека как средство адаптации
6. Анатомо-физиологическая адаптация. Анатомо-физиологическая адаптация в избранном виде спорта (с точки зрения спортивной морфологии)
7. Физиологические резервы организма
8. Адаптация к физическим нагрузкам в избранном виде спорта (на любом примере по выбору)
9. Социально-психологическая адаптация
10. Адаптация дошкольников
11. Особенности социальной адаптации дошкольников
12. Адаптация к учебным нагрузкам
13. Особенности социальной адаптации школьников и студентов
14. Особенности социальной адаптации инвалидов (на любом примере по выбору)
15. Профессиональная адаптация.
16. Адаптация к профессиональной деятельности методиста по спорту (на любом примере по выбору)
17. Адаптация к профессиональной деятельности руководителя (на любом примере по выбору)
18. Адаптация к профессиональной деятельности спортсмена (на любом примере по выбору)
19. Адаптация к профессиональной деятельности тренера (на любом примере по выбору)
20. Адаптация и резервные возможности организма
21. Адаптация человека к внешним факторам среды
22. Здоровье и адаптация. Медико-биологические аспекты адаптации и здоровье человека
23. Медико-биологические аспекты и социальные аспекты здоровья.
24. Влияние негативных факторов производственной среды на организм человека
25. Токсикологические основы нормирования загрязняющих веществ

5.2. Темы письменных работ

1. Стресс, стадии стресса, механизм возникновения.
2. Определение адаптации, ее виды.
3. Отличие срочной несовершенной от долгосрочной устойчивой адаптации.
4. Особенности питания спортсменов в избранном виде спорта.
5. Функциональная система адаптации.
6. Стадии адаптации.
7. Функциональное состояние организма при занятиях ФК и С.
8. Сердечно-сосудистая система спортсменов при работе в различных зонах мощности.
9. Сердечно-сосудистая систем у здоровых нетренированных людей при физической нагрузке.
10. Адаптация дыхательной системы к физической нагрузке.
11. Работа дыхательной системы в разных зонах мощности.
12. Основные физиологические показатели адаптации дыхательной системы к физической нагрузке.
13. Общий адаптационный синдром.
14. Роль терморегуляции при физической нагрузке.
15. Общий и основной обмен при занятиях избранным видом спорта.

5.3. Фонд оценочных средств

Система контроля за ходом и качеством усвоения студентами содержания данной дисциплины включает следующие виды: Текущий контроль – проводится систематически с целью установления уровня овладения студентами учебного материала в течение семестра. К формам текущего контроля относятся: опрос, тестирование (Т), контрольной работы (К). Выполнение этих работ является обязательным для всех студентов, а результаты являются основанием для выставления оценок (баллов) текущего контроля.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Оценка качества освоения ООП базируется на ФГОС ВО по направлению подготовки – «Физическая культура» и включает: разработку объективных процедур оценки уровня знаний и умений обучающихся, компетенций выпускников; регулярного

проведения самообследования по согласованным критериям для оценки качества усвоения дисциплины посредством тестирования.

Оценка качества освоения ООП бакалавриата включает текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся и итоговую аттестацию студентов (экзамен). Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям ООП (текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация) создаются фонды оценочных средств, включающие типовые задания, тесты и методы контроля, позволяющие оценить знания, умения и уровень приобретенных компетенций.

Текущий и промежуточный контроль результатов изучения дисциплины

При изучении дисциплины предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль осуществляется в течение изучения отдельного раздела по всем видам занятий, промежуточный контроль осуществляется при проверке тестовых заданий по вопросам изучаемого курса.

Текущая аттестация (контроль) работы студентов осуществляется в процессе учебной деятельности. В течение изучения отдельного раздела на каждом виде занятий (лекция, лабораторная работа, практическое занятие, самостоятельная работа, электронное тестирование) студентам выставляются отметки (баллы). Если по каким-либо уважительным причинам студент не присутствовал на обязательных видах занятий, ему предлагаются другие виды работы (контрольные работы, реферат, тестирование), которые также оцениваются преподавателем.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год |
|------|---|--|---|
| Л1.1 | Макарова Г. А., Поляев Б. А. | Медико-биологическое обеспечение спорта за рубежом | Москва: Советский спорт, 2012 |
| Л1.2 | Фудин Н. А., Хадарцев А. А., Орлов В. А., Григорьев А. И. | Медико-биологические технологии в физической культуре и спорте: Монография | Москва: Издательство «Спорт», Человек, 2018 |

6.1.2. Дополнительная литература

| | Авторы, составители | Заглавие | Издательство, год |
|------|--|---|------------------------------------|
| Л2.1 | Губа В. П. | Основы спортивной подготовки. Методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход): Монография | Москва: Советский спорт, 2012 |
| Л2.2 | Никулин Б. А., Родионова И. И. | Биохимический контроль в спорте: науч.-метод. пособие | Москва: Советский спорт, 2011 |
| Л2.3 | Яковлев Б. П., Бабушкин Г. Д., Науменко Е. А., Сальников В. А., Апокин В. В., Бабушкин Е. Г., Шумилин А. П., Яковлев Б. П., Бабушкин Г. Д. | Психология физической культуры: Учебник | Москва: Издательство «Спорт», 2016 |

6.3.1 Перечень программного обеспечения

| | |
|---------|-----------------------|
| 6.3.1.1 | Microsoft Office 2010 |
| 6.3.1.2 | ЭО moodle |
| 6.3.1.3 | chrome |
| 6.3.1.4 | yandex |
| 6.3.1.5 | opera |
| 6.3.1.6 | Microsoft office 2007 |

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

| | |
|---------|--|
| 6.3.2.1 | Поисковая система "Яндекс" |
| 6.3.2.2 | Поисковая система "Google" |
| 6.3.2.3 | электронная библиотека ЧГИФКИС |
| 6.3.2.4 | Электронно-библиотечная система |
| 6.3.2.5 | Электронная библиотечная система «Книгафонд» Электронная библиотечная система «Книгафонд» |
| 6.3.2.6 | Электронная библиотека диссертаций Российская Государственная Библиотека |
| 6.3.2.7 | Электронная библиотека «Научное наследие России» |
| 6.3.2.8 | Академия Google |
| 6.3.2.9 | Российская национальная библиотека |

| | |
|---|--------------------------------------|
| 6.3.2.10 | Глоссарий.Ru |
| 6.3.2.11 | Научная электронная библиотека |
| 6.3.2.12 | Google Книги |
| 6.3.2.13 | Диссертации и авторефераты |
| 6.3.2.14 | Научная библиотека |
| 6.3.2.15 | Поиск книг в электронных библиотеках |
| 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) | |

| | | | |
|---------------|-------------------|-----------------|--|
| Ауд | Назначение | ВидРабот | Оснащение |
| Кабинет №104. | Учебная аудитория | | проектор, экран, мультимедийный комплекс, столы, стулья и плакаты по анатомии, физиологии человека |

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| |
|---|
| <p>Привлечение студентов к самостоятельной учебно – познавательной деятельности в области физиологии, к активному сотрудничеству во время лабораторно-практических занятий является непременным условием их профессионального становления как педагогов – воспитателей. Согласно учебному плану включает в себя два курса общая физиология – на 2 курсе, физиология спорта – на 3 курсе, обучаются студенты профиля «спортивная тренировка». Основные задачи курса: познакомить студентов с закономерностями деятельности организма; физиологическими процессами и механизмами, обеспечивающими мышечную деятельность и определяющими развитие различных состояний организма; сформировать научные представления о формировании двигательных навыков и воспитании физических качеств; способствовать пониманию физиологических особенностей деятельности организма в зависимости от возраста и пола, а также в особых условиях внешней среды, умения и навыки, необходимые для использования физиологических знаний в практике. При обучении курса используются различные формы занятий: лекции, лабораторные и практические занятия, а также семинарские занятия, консультации.</p> <p>Лекция призвана помочь студентам в их самостоятельной работе над учебными материалами, направить по нужному руслу, пробудить интерес к более детальному и глубокому изучению предмета.</p> <p>Семинарские занятия служат дополнением к лекционному курсу. Он посвящен детальному изучению отдельной темы и проводится отдельно по учебным группам. Отличительной особенностью семинара является активное участие самих студентов в объяснении вынесенных на рассмотрение проблем и вопросов; преподаватель должен дать возможность свободно высказываться по обсуждаемому вопросу, помочь им правильно построить обсуждение. Такая учебная цель требует тщательной подготовки к семинару, в противном случае не будет действенным и превратится в скучный обмен вопросами и ответами. Семинары могут быть различными как по содержанию, так и по построению, организации работы. Обсуждаются заранее поставленные вопросы. Нужно заблаговременно ознакомить с планом семинарского занятия и рекомендуемой литературой. Можно проводить семинары в форме обсуждения докладов или рефератов. При этом для того, чтобы активно обсуждать проблему, аргументировано высказывать свою точку зрения, обмениваться мнениями и спорить в поисках истины – к нему должны готовиться все.</p> <p>Лабораторные и практические занятия являются одной из основных форм передачи знаний человека. На этих занятиях используются наглядные пособия и муляжи, специальное оборудование и технические средства. Освоение знаний стимулируется экспериментом, наблюдением, анализом практических экспериментов и их результатов, собственного опыта студентов, подготовкой творческих докладов, дискуссиями, анализом конкретных ситуаций и др. Успешность лабораторных занятий зависит от следующих требований, которые необходимо помнить и выполнять каждому студенту: 1). Каждому занятию должна предшествовать самостоятельная домашняя работа. Она заключается во внимательном изучении соответствующих глав учебника, методического пособия и рекомендованной литературы.2). Условия работы должны быть изложены в каждом задании. Их необходимо строго придерживаться. В целях учета текущей успеваемости студентов выполнение каждого задания оценивается по пятибалльной системе. Также необходимо проводить контрольные занятия для подведения итогов работы по окончании одного раздела курса.</p> |
|---|