

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное автономное учреждение  
высшего профессионального образования  
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"  
Институт физической культуры и спорта



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной деятельности КФУ

Проф. Таюрский Д.А.



\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

*подписано электронно-цифровой подписью*

**Программа дисциплины**  
Физиология детского спорта БЗ.ДВ.7

Направление подготовки: 034300.62 - Физическая культура

Профиль подготовки: Физическая культура и спорт

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

**Автор(ы):**

Вахитов И.Х., Гильмутдинова Р.И.

**Рецензент(ы):**

Зиятдинова А.И.

**СОГЛАСОВАНО:**

Заведующий(ая) кафедрой: Вахитов И. Х.

Протокол заседания кафедры No \_\_\_\_ от " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 201\_\_ г

Учебно-методическая комиссия Института физической культуры и спорта:

Протокол заседания УМК No \_\_\_\_ от " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 201\_\_ г

Регистрационный No 8137515

Казань  
2015

## Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) профессор, д.н. (профессор) Вахитов И.Х. Кафедра охраны здоровья человека отделение биологии и биотехнологии, lldar.Vahitov@kpfu.ru ; Гильмутдинова Р.И.

### 1. Цели освоения дисциплины

Целью дисциплины "Физиология I детского спорта" является изучение закономерностей физиологических процессов, происходящих в организме в результате мышечной деятельности разного вида, характера и интенсивности, в зависимости от возраста и пола.

### 2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел " Б3.ДВ.7 Профессиональный" основной образовательной программы 034300.62 Физическая культура и относится к дисциплинам по выбору. Осваивается на 4 курсе, 7 семестр.

Для изучения дисциплины "Физиология детского спорта" используются знания по "Анатомии человека", "Естественно-научная картина мира", "Физиологии человека", "Физиологии физических упражнений и спорта". Знания, полученные по данной дисциплине необходимы будущим специалистам, преподавателям и тренерам детских спортивных школ.

### 3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОК-6 (общекультурные компетенции)	способностью работать в коллективе, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия; способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9).
ОК-9 (общекультурные компетенции)	способностью использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций;
ОПК-1 (профессиональные компетенции)	способностью определять анатомио-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста;
ОПК-3 (профессиональные компетенции)	способностью осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки;
ОПК-5 (профессиональные компетенции)	способностью оценивать физические способности и функциональное состояние обучающихся, технику выполнения физических упражнений;
ОПК-6 (профессиональные компетенции)	способностью использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста;

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ПК-12 (профессиональные компетенции)	способностью использовать в процессе спортивной подготовки средства и методы профилактики травматизма и заболеваний, организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся, применять методики спортивного массажа;
ПК-16 (профессиональные компетенции)	способностью формировать и поддерживать мотивацию у населения к рекреационной деятельности, используя коммуникативные и организаторские способности.
ПК-5 (профессиональные компетенции)	способностью применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей
ПК-8 (профессиональные компетенции)	способностью использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта;

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

- историю развития, предмет, задачи и методологию физиологии детского спорта, ее связь с другими науками;
- особенности протекания физиологических процессов и функциональные изменения состояния растущего организма при различных видах спортивной деятельности;
- механизмы адаптации организма детей и подростков к физическим нагрузкам применительно к требованиям вида спорта;
- особенности работоспособности, развития утомления, восстановления и тренированности организма при занятиях физической культурой и спортом у детей и подростков;
- физиологические закономерности формирования двигательных навыков, развития физических качеств, спортивной тренированности лиц различного возраста и пола;
- механизмы влияния двигательной активности на повышение неспецифической устойчивости растущего организма к неблагоприятным факторам среды и его оздоровлению;
- методы оценки и контроля динамики функционального состояния организма детей и подростков при физической деятельности, физиологические и генетические подходы спортивного отбора.

2. должен уметь:

- оценивать физиологическое состояние организма детей и подростков, его функциональных систем и органов в покое, условиях физической нагрузки различной интенсивности и направленности и в период восстановления;
- интерпретировать динамику физиологических реакций организма при мышечной деятельности у детей разного возраста и пола;
- определять физиологические критерии спортивного отбора детей и подростков в зависимости от видов спорта.

3. должен владеть:

Техникой проведения лабораторных исследований, обращения с лабораторным оборудованием (электрокардиограф. реограф, тонометр. спирометр. динамометр и др.);

4. должен демонстрировать способность и готовность:

Применять полученные знания в профессиональной деятельности, чтобы уметь оценивать состояние функциональной подготовленности организма детей и подростков и укрепления здоровья средствами физической культуры.

#### 4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы) 72 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины зачет в 7 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

#### 4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю

##### Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Введение в физиологию детского спорта. Понятийный аппарат	7		2	0	2	контрольная работа реферат
2.	Тема 2. Возрастная периодизация. Критерии периодизации. Акселерация и ретардация.	7		4	0	2	презентация реферат
3.	Тема 3. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата детей и подростков	7		2	0	4	презентация отчет
4.	Тема 4. Планирование, контроль и учет в процессе тренировки детей и подростков	7		2	0	2	реферат контрольная работа
5.	Тема 5. Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств	7		2	0	2	устный опрос тестирование

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
6.	Тема 6. Основные разделы спортивной подготовки детей и подростков	7		4	0	4	презентация устный опрос реферат
7.	Тема 7. Физиологические основы физических упражнений и тренировочного процесса у детей разного возраста	7		2	0	2	творческое задание контрольная работа
	Тема . Итоговая форма контроля	7		0	0	0	зачет
	Итого			18	0	18	

## 4.2 Содержание дисциплины

### Тема 1. Введение в физиологию детского спорта. Понятийный аппарат

#### **лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Физиология детского спорта как научная и прикладная дисциплина. Предмет физиологии детского спорта, задачи и методы исследований. Связь физиологии спорта с другими медико-биологическими науками. Краткая история развития и становления физиологии спорта как отдельной области познания. Понятийный аппарат: спорт и его виды, спортивная тренировка, тренированность: общая и специальная, спортивные соревнования, спортивное достижение.

#### **лабораторная работа (2 часа(ов)):**

Основные приборы и методы физиологических исследований. Техника безопасности во время спортивных тренировок.

### Тема 2. Возрастная периодизация. Критерии периодизации. Акселерация и ретардация.

#### **лекционное занятие (4 часа(ов)):**

Определение организма и его свойств, уровни организации живого организма. Роль среды и наследственности в развитии детского организма. Закономерности роста и развития. Определение онтогенеза. Понятие о росте и развитии, их основные закономерности. Гетерохронность и гармоничность развития. Акселерация и ретардация, их причины. Комплексная диагностика уровня функционального развития ребенка. Методы определения состояния умственного и физического развития ребенка. Понятие о физическом развитии. Показатели и возрастно-половые особенности физического развития. Определение антропометрических показателей для оценки физического развития школьников

#### **лабораторная работа (2 часа(ов)):**

Методы оценки физического развития. Антропометрия. Определение типа телосложения

### Тема 3. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата детей и подростков

#### **лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Строение и функции костной системы человека, ее развитие. Мышечная система. Общий план строения, функции и возрастные особенности мышечной системы. Роль движений в физическом и психическом развитии детей и подростков. Понятие о рефлекторном механизме мышечной деятельности. Использование знаний о естественной потребности ребенка в двигательной активности при организации тренировочного процесса.

#### **лабораторная работа (4 часа(ов)):**

1. Методы определения физической работоспособности; 2. Определение выносливости организма по кардиореспираторному индексу.

#### **Тема 4. Планирование, контроль и учет в процессе тренировки детей и подростков**

##### **лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Виды планирования процесса тренировки детей и подростков: перспективный, текущий и оперативный. Система комплексного контроля: педагогический, врачебный и др. Документы учета: журнал учета занятий, дневник тренировки, журнал учета спортсменов-разрядников, инструкторов-общественников, судей, протоколы соревнований, личные карточки и врачебно-контрольные карты учащихся.

##### **лабораторная работа (2 часа(ов)):**

Анализ документов планирования, учета и контроля процесса тренировки детей и подростков. (Разные виды спорта, в зависимости от специализации студента)

#### **Тема 5. Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств**

##### **лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Физиологические механизмы формирования двигательных навыков (системная организация двигательных навыков). Значение афферентного синтеза (мотивации, памяти, обстановочной и пусковой афферентации). Физиологические основы совершенствования двигательных навыков. Физиологические особенности переработки информации у спортсменов разного возраста. Факторы, определяющие развитие мышечной силы (внутримышечные, центрально-нервные, психофизиологические). Развитие силы в онтогенезе. Общие представления о быстроте движений. Формы проявления быстроты. Физиологические механизмы развития качеств быстроты и ее резервов при спортивной деятельности. Возрастные изменения быстроты. Общие представления о выносливости и определяющих ее факторах. Виды (формы) и специфичность выносливости в различных видах спорта. . Возрастные изменения выносливости к статическим усилиям. Гибкость и ее разновидности. Факторы, влияющие на проявления гибкости. Значение гибкости при выполнении физических упражнений. Проявление гибкости в разном возрасте. Ловкость как интегральная способность координационных возможностей. Развитие ловкости в онтогенезе. Физические качества и двигательные навыки.

##### **лабораторная работа (2 часа(ов)):**

Физиологическое обоснование спортивной тренировки детей школьного возраста

#### **Тема 6. Основные разделы спортивной подготовки детей и подростков**

##### **лекционное занятие (4 часа(ов)):**

Понятие о спортивной подготовке. Особенности спортивной подготовки детей и подростков. Физическая подготовка и ее возрастные особенности. Общая, вспомогательная и специальная физическая подготовка. Техническая подготовка. Эффективность, стабильность, вариативность и экономичность технической подготовки. Тактическая подготовка и ее разновидности: активная и пассивная. Методы тактической подготовки. Психологическая подготовка (формирование морально-волевых качеств) и ее особенности в детском возрасте. Управление предстартовым состоянием. Теоретическая подготовка. Интегральная подготовки и роль тренера в этом процессе.

##### **лабораторная работа (4 часа(ов)):**

1. Оценка стрессорности и стрессоустойчивости. 2. Оценка типов коронарной личности.

#### **Тема 7. Физиологические основы физических упражнений и тренировочного процесса у детей разного возраста**

##### **лекционное занятие (2 часа(ов)):**

Физиологические особенности организма детей разного возраста и их адаптация к физическим нагрузкам. Соблюдение принципа соразмерности выполняемых тренировочных нагрузок в связи с незавершенными процессами роста и формирования юного организма. Физиологические особенности тренировочного эффекта физических упражнений у школьников.

##### **лабораторная работа (2 часа(ов)):**

Физиологические основы отбора детей в разные виды спорта. Основные методы и тесты.

### 4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. Введение в физиологию детского спорта. Понятийный аппарат	7		подготовка к контрольной работе	2	контрольная работа
				подготовка к реферату	2	реферат
2.	Тема 2. Возрастная периодизация. Критерии периодизации. Акселерация и ретардация.	7		подготовка к презентации	3	презентация
				подготовка к реферату	3	реферат
3.	Тема 3. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата детей и подростков	7		подготовка к отчету	2	отчет
				подготовка к презентации	4	презентация
4.	Тема 4. Планирование, контроль и учет в процессе тренировки детей и подростков	7		подготовка к контрольной работе	2	контрольная работа
				подготовка к реферату	2	реферат
5.	Тема 5. Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств	7		подготовка к тестированию	2	тестирование
				подготовка к устному опросу	2	устный опрос
6.	Тема 6. Основные разделы спортивной подготовки детей и подростков	7		подготовка к презентации	3	презентация
				подготовка к реферату	3	реферат
				подготовка к устному опросу	2	устный опрос
7.	Тема 7. Физиологические основы физических упражнений и тренировочного процесса у детей разного возраста	7		подготовка к контрольной работе	1	контрольная работа
				подготовка к творческому заданию	3	творческое задание
Итого					36	

### 5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения



Освоение дисциплины "физиология детского спорта" предполагает использование как традиционных (лекции, лабораторные занятия с использованием методических материалов), так и инновационных образовательных технологий с использованием в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий: выполнение ряда практических заданий с использованием профессиональных программных средств создания и ведения электронных баз данных; мультимедийных программ, включающих подготовку и выступления студентов на лабораторных занятиях с фото-, аудио- и видеоматериалами по предложенной тематике.

## **6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов**

### **Тема 1. Введение в физиологию детского спорта. Понятийный аппарат**

контрольная работа , примерные вопросы:

1. Предмет физиологии детского спорта, задачи и методы исследований. Связь физиологии спорта с другими медико-биологическими науками. 2. Краткая история развития и становления физиологии спорта как отдельной области познания. 3. Понятийный аппарат: спорт и его виды, спортивная тренировка, тренированность: общая и специальная, спортивные соревнования, спортивное достижение.

реферат , примерные темы:

1. Физиология детского спорта как научная и прикладная дисциплина. Ее связь с другими медико-биологическими науками. 3. Значение работ И.М. Сеченова, К.Ф. Лесгафта, И.П. Павлова для физиологии детского спорта..

### **Тема 2. Возрастная периодизация. Критерии периодизации. Акселерация и ретардация.**

презентация , примерные вопросы:

Подготовить презентацию (15-20 слайдов) по выбранной теме реферата.

реферат , примерные темы:

Подготовить реферат (8-10 стр.) по выбранной теме: 1. Роль среды и наследственности и воспитания в развитии детского организма. 2. Определение онтогенеза. Этапы онтогенеза. Понятие о росте и развитии, их основные закономерности. Гетерохронность и гармоничность развития. 3. Акселерация и ретардация, их причины. 4. Комплексная диагностика уровня функционального развития ребенка. Методы определения состояния умственного и физического развития ребенка.

### **Тема 3. Возрастные особенности опорно-двигательного аппарата детей и подростков**

отчет , примерные вопросы:

Подготовить отчеты по выполненным темам лабораторных работ 1. Методы определения физической работоспособности; 2. Определение выносливости организма по кардиореспираторному индексу.

презентация , примерные вопросы:

Подготовить презентацию (15-20 слайдов) по выбранной теме. 1. Строение и функции костной системы человека, ее развитие. 2. Мышечная система. Общий план строения, функции и возрастные особенности мышечной системы. 3. Роль движений в физическом и психическом развитии детей и подростков. Понятие о рефлексорном механизме мышечной деятельности

### **Тема 4. Планирование, контроль и учет в процессе тренировки детей и подростков**

контрольная работа , примерные вопросы:

1. Виды планирования процесса тренировки детей и подростков: перспективный, текущий и оперативный. 2. Система комплексного контроля: педагогический, врачебный и др. 3.

Документы учета: журнал учета занятий, дневник тренировки, журнал учета спортсменов-разрядников, инструкторов-общественников, судей, протоколы соревнований, личные карточки и врачебно-контрольные карты учащихся

реферат , примерные темы:

Подготовить реферат по теме "Основные документы планирования, учета и контроля процесса тренировки детей и подростков в зависимости от вида и специализации спорта (по одному из видов на выбор студента)

### **Тема 5. Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств**

тестирование , примерные вопросы:

Подготовить тесты по теме. 20 тестов разного вида (с выбором одного правильного ответа, с выбором нескольких правильных ответов, тесты на соответствие и др.)

устный опрос , примерные вопросы:

1. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков (системная организация двигательных навыков).
2. Физиологические основы совершенствования двигательных навыков.
3. Физиологические особенности переработки информации у спортсменов разного возраста.
4. Развитие силы в онтогенезе.
5. Общие представления о быстроте движений. Формы проявления быстроты.
6. Физиологические механизмы развития качеств быстроты и ее резервов при спортивной деятельности.
7. Возрастные изменения быстроты.
8. Общие представления о выносливости и определяющих ее факторах. Возрастные изменения выносливости к статическим усилиям.
9. Гибкость и ее разновидности. Факторы, влияющие на проявления гибкости.
10. Проявление гибкости в разном возрасте.
11. Ловкость как интегральная способность координационных возможностей. Развитие ловкости в онтогенезе.

### **Тема 6. Основные разделы спортивной подготовки детей и подростков**

презентация , примерные вопросы:

Подготовить презентацию (15-20 слайдов) по выбранной теме реферата.

реферат , примерные темы:

Подготовить реферат (8-10 стр.) по выбранной теме: 1. Физическая подготовка и ее возрастные особенности. Общая, вспомогательная и специальная физическая подготовка. 2. Техническая подготовка. Эффективность, стабильность, вариативность и экономичность технической подготовки. 3. Тактическая подготовка и ее разновидности: активная и пассивная. Методы тактической подготовки. 4. Психологическая подготовка (формирование морально-волевых качеств) и ее особенности в детском возрасте. Управление предстартовым состоянием. 5. Теоретическая подготовка. Интегральная подготовки и роль тренера в этом процессе.

устный опрос , примерные вопросы:

1. Физическая подготовка и ее возрастные особенности.
2. Общая, вспомогательная и специальная физическая подготовка.
3. Эффективность, стабильность, вариативность и экономичность технической подготовки.
4. Тактическая подготовка и ее разновидности: активная и пассивная. Методы тактической подготовки.
5. Психологическая подготовка (формирование морально-волевых качеств) и ее особенности в детском возрасте.
6. Управление предстартовым состоянием.

### **Тема 7. Физиологические основы физических упражнений и тренировочного процесса у детей разного возраста**

контрольная работа , примерные вопросы:

1. Возрастные особенности организма и учет их при занятиях физической культурой.
2. Изменения функций организма школьников на уроке физической культуры.
3. Физиологические основы отбора юных спортсменов.

творческое задание , примерные вопросы:

Подготовить научное сообщение по теме "Основные методы и тесты для отбора детей в разные виды спорта (Вид спорта по выбору студента. Виды спорта не должны повторяться).

### **Тема . Итоговая форма контроля**

Примерные вопросы к зачету:

1. Физиология детского спорта как научная и прикладная дисциплина. Предмет физиологии детского спорта, задачи и методы исследований.
2. Краткая история развития и становления физиологии спорта как отдельной области познания.

3. Понятийный аппарат: спорт и его виды, спортивная тренировка, тренированность: общая и специальная, спортивные соревнования, спортивное достижение.
4. Определение онтогенеза. Понятие о росте и развитии, их основные закономерности. Гетерохронность и гармоничность развития.
5. Роль среды и наследственности в развитии детского организма.
6. Акселерация и ретардация, их причины.
7. Понятие о физическом развитии. Показатели и возрастно-половые особенности физического развития.
8. Строение и функции костной системы человека, ее развитие.
9. Мышечная система. Общий план строения, функции и возрастные особенности мышечной системы.
10. Роль движений в физическом и психическом развитии детей и подростков. Использование знаний о естественной потребности ребенка в двигательной активности при организации тренировочного процесса.
11. Виды планирования процесса тренировки детей и подростков: перспективный, текущий и оперативный.
12. Система комплексного контроля: педагогический, врачебный и др.
13. Документы учета: журнал учета занятий, дневник тренировки, журнал учета спортсменов-разрядников, инструкторов-общественников, судей, протоколы соревнований, личные карточки и врачебно-контрольные карты учащихся.
14. Физиологические механизмы формирования двигательных навыков (системная организация двигательных навыков). Значение афферентного синтеза (мотивации, памяти, обстановочной и пусковой афферентации)
15. Факторы, определяющие развитие мышечной силы (внутримышечные, центрально-нервные, психофизиологические). Развитие силы в онтогенезе.
16. Общие представления о быстроте движений. Формы проявления быстроты.
17. Физиологические механизмы развития качеств быстроты и ее резервов при спортивной деятельности. Возрастные изменения быстроты.
18. Общие представления о выносливости и определяющих ее факторах. Виды (формы) и специфичность выносливости в различных видах спорта.
19. Возрастные изменения выносливости к статическим усилиям.
20. Гибкость и ее разновидности. Факторы, влияющие на проявления гибкости. Проявление гибкости в разном возрасте.
21. Ловкость как интегральная способность координационных возможностей. Развитие ловкости в онтогенезе. Физические качества и двигательные навыки.
22. Понятие о спортивной подготовке. Особенности спортивной подготовки детей и подростков.
23. Физическая подготовка и ее возрастные особенности. Общая, вспомогательная и специальная физическая подготовка.
24. Техническая подготовка. Эффективность, стабильность, вариативность и экономичность технической подготовки.
25. Тактическая подготовка и ее разновидности: активная и пассивная. Методы тактической подготовки.
26. Психологическая подготовка (формирование морально-волевых качеств) и ее особенности в детском возрасте. Управление предстартовым состоянием.
27. Теоретическая подготовка. Интегральная подготовки и роль тренера в этом процессе.
28. Физиологические особенности организма детей разного возраста и их адаптация к физическим нагрузкам.
29. Соблюдение принципа соразмерности выполняемых тренировочных нагрузок в связи с незавершенными процессами роста и формирования юного организма.
30. Физиологические особенности тренировочного эффекта физических упражнений у школьников.

### 7.1. Основная литература:

1. Основы физиологии и анатомии человека. Профессиональные заболевания: Учебное пособие / С.В. Степанова, С.Ю. Гармонов. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 205 с.  
<http://znanium.com/bookread.php?book=363796>
2. Возрастная физиология и психофизиология: Учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.Ф. Лысова. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 352 с <http://znanium.com/bookread.php?book=376897>
3. Возрастная физиология: Физиология развития ребенка : учеб. пособие для студ. вузов / М. М. Безруких, В. Д. Сонькин, Д. А. Фарбер .? 2-е изд., стер. ? М. : Академия, 2007 .? 416 с.

### 7.2. Дополнительная литература:

1. Назарова Е. Н. Возрастная анатомия и физиология: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жилков.?Москва: Академия, 2008.?266с.
2. Валеология: Учеб. пособие / Э.М. Прохорова; Российский государственный университет туризма и сервиса (ГОУВПО "РГУТИС"). - М.: ИНФРА-М, 2009. - 255 с.  
<http://znanium.com/bookread.php?book=158955>
3. Инфекционные и паразитарные заболевания у детей: Учебное пособие / Д.И. Зелинская, Э.О. Исполатовская и др. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014 - 352 с.  
<http://znanium.com/bookread.php?book=453918>

### 7.3. Интернет-ресурсы:

- Объем тренировочных нагрузок - <http://bmsi.ru/doc/263f687d-c0f3-490c-b45a-9419907ee76c>  
Смирнов В.М., Дубровский В.И. Физиология физического воспитания и спорта - <http://nashaucheba.ru/v17107>  
Средства, способствующие повышению работоспособности, и мышечная деятельность - <http://bmsi.ru/doc/7449449f-0311-499d-ba39-90df05baaa54>  
Физиология спорта Дж. Х. Уилмор - <http://avinar.org/>  
Физиология физического воспитания и спорта - <http://rutracker.org/forum/viewtopic.php?t=2390884>

### 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Освоение дисциплины "Физиология детского спорта" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Мультимедийная аудитория, вместимостью более 60 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже Intel Core i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Учебно-методические пособия кафедры.

Велоэргометр; электрофизиологическое оборудование (самописцы, электрокардиограф, физиограф, электрорефлексомер, электроэнцефалограф); спирометр, спирограф; телеметрическая аппаратура).

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 034300.62 "Физическая культура" и профилю подготовки Физическая культура и спорт .

Автор(ы):

Вахитов И.Х. \_\_\_\_\_

Гильмутдинова Р.И. \_\_\_\_\_

"\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

Рецензент(ы):

Зиятдинова А.И. \_\_\_\_\_

"\_\_" \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.