

РОЛЬ ИЗУЧЕНИЯ БИОЛОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН В ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Наумов Роман Валерьевич

Старший преподаватель, ФГБОУ ВО «Пензенский
государственный университет»

Наумова Екатерина Викторовна

Преподаватель, ГБОУ ПО «Пензенский областной медицинский колледж»

В статье рассматривается значение изучения дисциплин биологического цикла при подготовке специалистов по физической культуре и спорту. Особое внимание уделяется теоретическим и практическим аспектам, рассматриваемым в рамках изучения анатомии, физиологии и гигиены физического воспитания.

Ключевые слова: образовательный процесс, биология, анатомия, физиология, гигиена физического воспитания, методы обучения.

Современный образовательный процесс должен соответствовать ФГОС и основываться на подготовке не только академически грамотных специалистов, но и студентов, способных применить свои знания на практике и в повседневной жизни.

Биология – многогранный предмет, состоящий из разнообразных разделов, посвященных изучению живых объектов: особенностей их строения, функционирования, распространения, свойств и эволюции, взаимодействия между собой и с неживой природой.

Особое место среди всех биологических дисциплин, изучаемых будущими специалистами по физической культуре и спорту, занимают анатомия, физиология и гигиена физического воспитания. Первые две науки рассматривают вопросы, касающиеся строения и функций опорно-двигательной системы человека, системы кровообращения, сердечно-сосудистой, пищеварительной и дыхательной системы, особенности нервной (ЦНС, вегетативной, анализаторов и т.д.) и гуморальной систем, регулирующих деятельность других органов. При этом сначала рассматривается строение и функционирование организма в норме и возможные изменения, возникающие при физических нагрузках и тренировках спортсменов. Гигиена изучает влияние различных факторов окружающей среды и социальных условий жизни на состояние здоровья человека, гигиенические требования к организации различных видов спортивной деятельности.

Особенностью физиологии, анатомии и гигиены является возможность применения знаний на практике, что позволяет повысить познавательный интерес студентов и эффективнее усваивать знания. Кроме того, на лекционных занятиях нужно обращать внимание студентов на биохимические и физиологические процессы в организме спортсменов, возникающие под воздействием физической нагрузки разного уровня и факторов окружающей среды (состояния помещений, воздуха, воды, одежды и т.д.).

Для организации процесса обучения будущему учителю физической культуры, тренеру, адаптивному тренеру важно не только правильно подобрать средства обучения, обустроить помещение, подобрать освещение, нужную температуру, но и учитывать индивидуальные особенности каждого обучающегося. Для этого они обучаются применять на практических занятиях три группы методов физиологических и гигиенических исследований: органомерические (визуальные, тактильные), психофизиологические и исследования с помощью приборов (антропометрия, спирометрия, динамометрия, пульсометрия, электрокардиограммирование, электромиограммирование, и т.д.) [1].

Данные органомерики, антропометрии, психофизиологии и исследований при помощи приборов необходимы для определения физических нагрузок, интенсивности тренировочного и соревновательного процессов. Эти сведения позволяют определить, при каких условиях спорт будет нести пользу организму, а при каких – вред. С помощью них определяется правильный режим труда во время тренировочной деятельности и отдыха, закладываются основы рационального питания и здорового образа жизни и т.д.

Таким образом, изучение анатомии, физиологии и гигиены не только повышает уровень саморазвития студентов, но и позволяет им применять свои знания на практике, при организации образовательного процесса и тренировок для своих будущих обучающихся на основании их индивидуальных качеств.

Список использованных источников

1. Погонишева И.А., Скоробогатова О.Н. Особенности преподавания анатомии и физиологии человека для студентов, обучающихся по направлению «Физическая культура» // Russian Journal of Education and Psychology. – 2019. – Т. 10. – № 10. – С. 100-108.

THE ROLE OF STUDYING BIOLOGICAL DISCIPLINES IN THE TRAINING OF SPECIALISTS IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

Naumov R.V., Naumova E.V.

The article discusses the importance of studying the disciplines of the biological cycle in the training of specialists in physical culture and sports. Special attention is paid to theoretical and practical aspects considered in the study of anatomy, physiology and hygiene of physical education.

Keywords: educational process, biology, anatomy, physiology, hygiene of physical education, teaching methods.

**Наумов Роман Валерьевич,
Наумова Екатерина Викторовна, 2022**

**ПРАКТИЧЕСКИЕ
И ПРИКЛАДНЫЕ ФИЛОСОФСКИЕ
ИССЛЕДОВАНИЯ**