

## АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

«Спортивная биохимия»

49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) «Спортивная тренировка в избранном виде спорта»

Квалификация: бакалавр

### 1. Целью изучения дисциплины является:

формирование у будущих специалистов по физической культуре и спорту правильное понимание механизмов и закономерностей изменений, которые совершаются в организме под влиянием систематических занятий физическими упражнениями и лежат в основе повышения работоспособности, совершенствования физических качеств.

### Задачи изучения дисциплины:

изучить необходимый понятийный аппарат дисциплины;  
получить представление о роли биохимии в профессиональной спортивной деятельности;  
изучение этапов энергетического обмена, способов запасаения и расходования метаболического топлива клетками;  
формирование представлений об основных принципах регуляции и биохимической адаптации к физическим нагрузкам;  
формирование представлений о биохимическом контроле при занятиях физической культурой и спортом.

### 2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Спортивная биохимия» относится к части цикла профессиональных дисциплин, формируемой участниками образовательных отношений. Для освоения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные обучающимися при изучении естественнонаучных основ физической культуры и спорта. Дисциплина изучается на 3 курсе в 5 семестре

<b>МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП</b>	
Индекс	Б1.В.07
<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
Для успешного освоения дисциплины студент должен иметь базовую подготовку по биологии, органической и неорганической химии в объёме программы средней школы; курса «Биохимии человека»	
<b>Дисциплины и практики, для которых освоение дисциплины «Спортивная биохимия» необходимо как предшествующее:</b>	
Это те дисциплины, которые продолжают формирование у студента компетенций УК-7, ПК-6, включая практики и ГИА, отнесенные к данной образовательной программе	

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю),

соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения ОПОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю):

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ООП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
-----------------	--	-----------------------------------	---

УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<p>УК.Б-7.1 выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности</p> <p>УК.Б-7.2 планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности</p> <p>УК.Б-7.3 соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях в профессиональной деятельности</p>	<p><b>Знать:</b> морфологическое строение и функции органов и систем органов организма человека, закономерности физического и психического развития и особенности их проявления в разные возрастные периоды; медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся; методы медико-биологического контроля состояния занимающихся.</p> <p><b>Уметь:</b> самостоятельно получать знания для решения задач творческого характера, задач повышенной сложности; применять полученные знания для решения учебных задач.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками использования информации медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процесс занятий методами медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся</p>
ПК-6	Способен осуществлять координацию тренировочного, образовательного и методического процесса	<p>ПК.Б.-6.1. Учитывает экстремальные факторы тренировочной и соревновательной деятельности</p> <p>ПК.Б.-6.2. Организует восстановительные мероприятия с использованием массажа</p> <p>ПК.Б.-6.3. Оказывает первую медицинскую помощь</p>	<p><b>Знать:</b> медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта.</p> <p><b>Уметь:</b> разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся.</p> <p><b>Владеть:</b> навыками формирования осознанного использования средств физической культуры как фактора восстановления работоспособности, обеспечения активного долголетия.</p>

4. Общая трудоемкость дисциплины (модуля): 2 ЗЕТ, 72 академических часа

5. Форма промежуточного контроля: зачет

6. Разработчик: Семенова А. О., канд. пед. наук, доцент кафедры ТОФК и туризма