

**Аннотация рабочей программы дисциплины
Б1.В.22 Спортивная биохимия**

Цель изучения дисциплины	Целями освоения дисциплины «Спортивная биохимия» является формирование у бакалавров знаний, необходимых для научного обоснования организации и построения тренировочного процесса и занятий физической культурой, осуществления медико-биологического контроля, а также создание необходимую основу для дальнейшего изучения дисциплин медико-биологического цикла. Воспитание глубокой убежденности в необходимости развития интеллектуальных способностей, профессиональных и социально-личностных качеств: целеустремленности, организованности, ответственности, трудолюбия, гражданственности.
Место дисциплины в учебном плане	Б1.В.22
Формируемые компетенции	ОК-3, ОК-8, ПК-2
Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – особенности биохимических процессов в организме в покое и физической нагрузке; – особенности биохимических процессов в организме при работе различной интенсивности и продолжительности; – особенности биохимических процессов в организме в период отдыха; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать полученные знания для подбора наиболее эффективных средств и методов рационализации тренировочного процесса; – использовать полученные знания для правильного подбора и использования средств, ускоряющих восстановление после мышечной работы. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – биохимической терминологией; – основными методами и рациональными приемами сбора, обработки и представления научной информации; <p>методиками определения уровня тренированности спортсмена, эффективности восстановительных процессов и параметров адаптации к физическим нагрузкам.</p>
Содержание дисциплины	<ol style="list-style-type: none"> 1 Биохимия мышечного сокращения 2 Энергетика мышечной деятельности 3 Биохимические процессы при мышечной деятельности 4 Адаптационные изменения при физических нагрузках
Формы промежуточной аттестации	зачет