

**Аннотация рабочей программы дисциплины
Б1.В.23 Физиология спорта**

Цель изучения дисциплины	Целями освоения дисциплины «Физиология спорта» являются изучение закономерностей и механизмов изменения функций клеток, тканей, органов, систем органов и целостного организма человека при занятиях физической культурой и спортом; выявление основных закономерностей и механизмов адаптации к физическим (мышечным) нагрузкам; воспитание у студентов потребности в занятиях физической культурой и спортом, пропаганда здорового образа жизни и негативного влияния вредных привычек: табакокурения, алкоголя, наркомании
Место дисциплины в учебном плане	Б1.В.23
Формируемые компетенции	ОК-5, ОПК-1, ПК-2
Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основные закономерности и механизмы адаптации к различным физическим (мышечным) нагрузкам; – закономерности и механизмы формирования и увеличения функциональных резервов организма при различных видах физических нагрузок; – физиологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся физической культурой и спортом; – физиологические основы тренировки в детско-юношеском спорте; – физиологические методы контроля функционального состояния занимающихся физической культурой и спортом; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – использовать накопленные знания для контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях; – учитывать знания физиологии спорта при планировании различных форм занятий физической культурой в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся различного пола и возраста; – учитывать возрастные и морфофункциональные особенности занимающихся различного пола, уровень их физической и специальной физической подготовленности, состояние здоровья при выборе приемов обучения и воспитания, форм занятий и методов, адекватных поставленным задачам; – определять функциональное состояние, уровень физического развития и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития; – использовать информацию физиологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить соответствующие коррективы в процесс занятий; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – практическими навыками исследования уровня и особенностей функционального состояния занимающихся различными видами спорта. – практическими навыками исследования уровня и особенностей функционального состояния занимающихся различными видами оздоровительной физической культуры. – навыками рационального использования учебно-лабораторного и

	специального оборудования, современной компьютерной техники; – методами проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности.
Содержание дисциплины	1 Адаптация к мышечной деятельности и функциональные резервы организма 2 Физиологические классификации физических упражнений и видов спорта 3 Физиологические основы спортивной тренировки 4 Физиологические основы специальной физической работоспособности в особых условиях внешней среды
Формы промежуточной аттестации	экзамен