

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
Б1.В.7 Спортивная биохимия**

<b>Цель изучения дисциплины</b>	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.
<b>Место дисциплины в учебном плане</b>	Б1.В.7
<b>Формируемые компетенции</b>	ОК-7, ОПК-1, ОПК-5, ОПК-11, ПК-8, ПК-28
<b>Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины</b>	В результате освоения дисциплины обучающийся должен: <b>Знать:</b> 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. <b>Уметь:</b> 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. <b>Владеть:</b> химической и биохимической терминологией; основными методами и рациональными приемами сбора, обработки и представления научной информации.
<b>Содержание дисциплины</b>	Тема 1. Биохимия мышц и мышечного сокращения. Типы мышечных волокон. Тема 2. Биоэнергетические процессы при мышечной деятельности. Тема 3. Биохимические изменения в организме при работе. Тема 4. Биохимические изменения в организме при утомлении Тема 5. Биохимические изменения в период мышечной работы и во время восстановления. Тема 6. Биохимические основы скоростно-силовых качеств и выносливости спортсмена. Тема 7. Адаптация к мышечной работе.
<b>Формы промежуточной аттестации</b>	Экзамен.