

Список учебных предметов, курсов, дисциплин и копии аннотаций к рабочим программам, предусмотренный образовательной программой

**Код и наименование образовательной программы:
49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль)
Медико-биологическое сопровождение физической культуры и спорта**

	Б1. Базовая часть
Б1.Б.01	История и методология науки о физической культуре и спорте
Б1.Б.02	Физкультурно-оздоровительные технологии
Б1.Б.03	Управление проектами в сфере физической культуры и спорта
Б1.Б.04	Современные проблемы наук о физической культуре и спорте
	Б1.В. Вариативная часть
Б1.В.01	Медико-биологические проблемы адаптации человека к мышечным нагрузкам
Б1.В.02	Методы математической статистики в физической культуре и спорте
Б1.В.03	Иностранный язык
Б1.В.04	Современные психофизиологические методы исследования в спорте
Б1.В.05	Возрастные половые и индивидуальные особенности адаптации к мышечной деятельности
Б1.В.06	Проблемы перетренированности и реадаптации
Б1.В.07	Физиология мышечной деятельности
Б1.В.ДВ.01	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.1
Б1.В.ДВ.01.01	Медико-биологические средства оптимизации функционального состояния организма спортсмена
Б1.В.ДВ.01.02	Медико-биологические социально-этические проблемы допинга в спорте
Б1.В.ДВ.02	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.2
Б1.В.ДВ.02.01	Морфометрические характеристики спортсменов разных специализаций
Б1.В.ДВ.02.02	Инклюзивное образование
Б1.В.ДВ.03	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.3
Б1.В.ДВ.03.01	Закономерности адаптации к мышечным нагрузкам в различных климатогеографических условиях
Б1.В.ДВ.03.02	Биоритмология в спорте
Б1.В.ДВ.04	Дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.4
Б1.В.ДВ.04.01	Специфика адаптации в зависимости от вида спорта и направленности тренировочного процесса
Б1.В.ДВ.04.02	Физиологические основы совершенствования двигательных навыков

**Аннотация к дисциплине
Б1.Б.01 История и методология науки о физической культуре и спорте**

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое сопровождение
физической культуры и спорта**

**Кафедра Теории и методики профессиональной подготовки кадров высшей
квалификации**

**Профессор, д.п.н., Степанова Галина Алексеевна
g_stepanova@ugrasu.ru, G_Stepanova53@mail.ru**

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения Объем занятий, час	
	всего	I семестр
Лекции	8	8
Практические (семинарские) занятия	22	22
Лабораторные работы		
Самостоятельная работа	78	78
Домашние задания		
Курсовой проект/ работа		
Итого:	144	144
Итоговый контроль по дисциплине (аттестация)	Экзамен (36)	Экзамен (36)

**Коды формируемых компетенций: ОК-1, ОК-2, ОПК-3,
ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-25.**

Цель - планируемые результаты изучения дисциплины:

Целями освоения дисциплины «История и методология науки о физической культуре и спорте» являются подготовка магистров к написанию и защите диссертационной работы, формирование готовности к ведению научно-исследовательской деятельности, применению результатов научно-исследовательской работы при решении конкретных профессиональных и образовательных задач, дальнейшему участию в научно-исследовательской деятельности, в контексте с общими целями ОПОП.

Студент должен знать:

- теоретические основания абстрактного мышления, операций анализа и синтеза (ОК-1)
- современные российские и зарубежные педагогические и психологические теории и методы развития мышления, тенденции их развития, способы интерпретации педагогического и научного опыта (ОК-1)
- технологию (алгоритм) проектной деятельности, теории управления проектами,

особенности образовательной, тренировочной, рекреационной, научно-исследовательской, организационно-управленческой и культурно-просветительской деятельности (ОК-2)

- основные этапы научного исследования, методику проведения научного исследования, основные методы исследования, способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования (ОК-2)

- новейшие достижения педагогической науки и практики, основы методической работы и требования к методическому обеспечению образовательного процесса в сфере физической культуры и спорта (ОПК-3)

- современные российские и зарубежные педагогические технологии, тенденции их развития (ПК-1)

- основы учебно-методической работы в сфере физической культуры и спорта (ПК-2)

- технологии педагогического контроля (ПК-3)

- систему научных знаний в области физической культуры и спорта; новейшие теории, интерпретации, методы и технологии современных научных исследований (ПК-25)

- технологии планирования программ, методологии проведения исследований (ПК-25)

Студент должен уметь:

- собирать факты, анализировать информацию, синтезировать идеи (ОК-1)

- осваивать учебные задачи деятельностным методом, осуществлять собственные педагогические и научные исследования (ОК-1)

- составлять простые проекты, выявлять и анализировать причины возникновения проблемных ситуаций в проектировании, применять конструктивные, креативные средства и методы в проектировании, определять проблему, обосновывать актуальность исследования, определять объект и предмет исследования, формулировать цель, задачи, гипотезу исследования, обрабатывать, анализировать и описывать результаты исследования (ОК-2)

- разрабатывать методическую документацию, сопровождающую образовательный процесс в сфере физической культуры и спорта, определять содержание, формы организации и методы учебно-воспитательного процесса (ОПК-3)

- выявлять актуальные научные и практические проблемы образовательной деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-1)

- разрабатывать методическую документацию, сопровождающую образовательный процесс в сфере физической культуры и спорта (ПК-2)

- применять в образовательном процессе, интерпретировать данные педагогического контроля на практике (ПК-3)

- оперировать знаниями в области научных исследований, проводить анализ выполняемых научных исследований в области физической культуры и спорта (ПК-25)

- разрабатывать, планировать и применять программы исследований в соответствии с требованиями образовательного процесса, места, условий, контингента и др. (ПК-25)

Студент должен владеть:

- методами целеполагания, анализа и синтеза информации (ОК-1)

- современными методами обучения и воспитания, научного исследования, технологиями развития творческого мышления (ОК-1)

- организационными приемами управления проектами в различных видах профессиональной деятельности (ОК-2)

- умениями в написании научных статей, методических рекомендаций, научно-методических разработок, выступлениях на конкурсах, конференциях, собраниях; методами проведения научных исследований в профессиональной деятельности; навыками использования учебно-лабораторного оборудования, аппаратуры, инвентаря (ОК-2)

- навыками планирования и контроля с целью наиболее эффективного составления методической документации образовательной деятельности в сфере ФКС (ОПК-3)

- новейшими технологиями, современными средствами и методами обучения и воспитания в процессе практической работы (ПК-1)

- навыками составления методической документации образовательной деятельности в сфере физической культуры и спорта (ПК-2)

- педагогического контроля в сфере физической культуры и спорта (ПК-3)

- актуальными методиками проведения научных исследований (ПК-25)

- навыками составления планов, программ, методологии исследования в профессиональной деятельности (ПК-25)

Место дисциплины в образовательной программе

Является основой для дисциплин:

Медико-биологические социально-этические проблемы допинга в спорте

Современные проблемы наук о физической культуре и спорте

Медико-биологические проблемы адаптации человека к мышечным нагрузкам

Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков

Научно-исследовательская работа

Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

Подготовка к защите и процедура защиты выпускной квалификационной работы

Структура и ключевые понятия дисциплины:

1. Основания истории и методологии науки о физической культуре и спорте. Понятие, предмет методологии науки. Взаимодействие методологии научного исследования с другими дисциплинами. Критерии и нормы научного познания. Характеристика научной деятельности. Особенности научной деятельности. Принципы научного познания. Научная проблема исследования в науке о физической культуре и спорте. Возникновение проблемы как выражение несоответствия в развитии научного знания. Решение проблем и прогресс научного знания. Постановка и разработка научных проблем в гуманитарных науках.

Средства и методы научного исследования в физической культуре и спорте. Общая характеристика методов науки физической культуры и спорта. Средства научного исследования: материальные, информационные, математические, логические, языковые. Методы научного исследования: теоретические, эмпирические. Методы анализа, классификации и построения теорий. Методы и функции научного объяснения. Методы и функции понимания. Методы предвидения и прогнозирования. Гуманитарные методы исследования. Эмпирическое научное исследование в физической культуре и спорте. Факты как цель эмпирического исследования. Количественная и качественная стороны фактов. Основные методы: наблюдение, измерение, описание, эксперимент. Необходимость и достаточность.

2. Теоретическое научное исследование. Основные виды методов: аналитические, синтетические, объяснительные, теоретические, эмпирические.

Математические и статистические методы исследования.

3. Рациональная и иррациональная методология научного исследования в физической культуре и спорте.

Методология естественных наук. Основные принципы и установки естествознания. Объект и предметные области естественных наук. Методология социальных наук. Основные принципы и установки социальных наук. Объект и предметные области социальных наук. Роль научных исследований в совершенствовании социально-культурного обслуживания населения. Направления развития научных исследований.

Методология гуманитарных наук. Основные принципы и установки гуманитарных наук. Объект и предметные области гуманитарных наук. Организация процесса проведения исследования в физической культуре и спорте. Фаза проектирования научного исследования. Технологическая фаза научного исследования. Рефлексивная фаза научного исследования.

4. Методика исследования и написания научной работы.

Методика поиска, оформления и разработки научных исследований. Основные этапы выполнения научно-исследовательской темы. Использование современных информационных технологий при поиске и изучении литературных источников и обработке результатов. Объект, предмет, цель и задачи научного исследования. Сбор материала и написание работы. Оформление результатов исследования. Стили научного текста. Цитирование. Научно-исследовательская работа в области физической культуры и спорта, научные школы, ученые степени. Основные уровни научного познания. Структура и организация научных и образовательных учреждений. Управление, планирование и координация научных исследований в России и за рубежом.

Организация занятий по дисциплине:

Содержание дисциплины раскрывается в лекциях и практических занятиях. Закрепление полученных знаний, умений и навыков проводится при выполнении заданий интерактивного характера во время практических занятий, а также при проведении текущего контроля и промежуточной аттестации (экзамена).

**Аннотация к дисциплине
Б1.Б.02 Физкультурно-оздоровительные технологии**

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое сопровождение
физической культуры и спорта**

Кафедра ТМФВ

**Доцент, Максимова Татьяна Алексеевна,
Maksit71@mail.ru**

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения Объем занятий, час	
	всего	I семестр
Лекции	8	8
Практические занятия (семинарские)	18	18
Лабораторные работы		
Самостоятельная работа	82	82
Домашние задания		
Курсовой проект/ работа		
Итого:	108	108
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация):	Зачет	Зачет

Коды формируемых компетенций ОПК-4; ПК-5; ПК-11.

Цель - планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины является освоение научно-теоретических и организационно-методических основ физкультурно-оздоровительных технологий, а также их моделирование и применение с учетом индивидуально-типологических особенностей и физического состояния занимающихся.

Студент должен знать:

- особенности образовательной, научной и культурной сферы деятельности, особенности организации междисциплинарных проектов в образовательной, тренировочной, рекреационной, научной, и культурно-просветительской сфере деятельности (ОПК-4)

- главные направления научных исследований, непосредственно связанных со сферой деятельности (видом спорта) и др. (ПК-5)

- специфику функциональных состояний в спортивной деятельности, способы, принципы и технологии управления физическим и психическим состоянием спортсмена (ПК-11)

Студент должен уметь:

- применять на практике знания о современных технологиях, средствах и методах подготовки спортсменов различного контингента (ПК-5)
- критически оценивать и контролировать физическое и психическое состояние спортсмена (ПК-11)

Студент должен владеть:

- современными технологиями, средствами и методами подготовки спортсменов, навыками разработки целевых тренировочных программ и планов подготовки спортсменов различной квалификации (ПК-5)

Место дисциплины в образовательной программе

Является основой для дисциплин:

- Современные проблемы наук о физической культуре и спорте
- Медико-биологические проблемы адаптации к мышечным нагрузкам
- Физиология мышечной деятельности
- Современные психофизиологические методы исследования в спорте
- Проблемы перетренированности и реадаптации
- Специфика адаптации в зависимости от вида спорта и направленности тренировочного процесса
- Физиологические основы совершенствования двигательных навыков

Структура и ключевые понятия дисциплины:

1. Научно-методические основы физкультурно-оздоровительной деятельности.

Понятие о физкультурно-оздоровительных технологиях. Общие представления о механизмах оздоравливающего воздействия физических упражнений на организм человека. Методология оздоровительной тренировки. Содержание и требования к организации и проведению физкультурно-оздоровительной тренировки. Дозирование физической нагрузки в оздоровительной тренировке.

2. Физкультурно-оздоровительные технологии (традиционные, восточные, авторские). Разновидности традиционных двигательных систем оздоровления. Ритмическая гимнастика. Система «Шейпинг». Оздоровительная аэробика. Система физических упражнений в фитнесе. Характеристика восточных систем оздоровления. Отличительные особенности восточных оздоровительных систем. Системы оздоровительной гимнастики в Китае. Йога - оздоровительная система Индии.

Характеристика авторских комплексных систем оздоровления. Программа «1000 движений» академика Н. М. Амосова. Методика закали-тренировки П. И. Иванова «Детка». Система естественного оздоровления Г. С. Шаталовой. Парадоксальная дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой. Методика волевой ликвидации глубокого дыхания К. П. Бутейко. Система трехфазного дыхания О. Г. Лобановой.

Организация занятий по дисциплине:

Теоретический и практический материал дисциплины содержит 2 раздела, каждый из разделов завершается проведением мероприятий текущего контроля. Дисциплина завершается промежуточным контролем (зачетом).

**Аннотация к дисциплине
Б1.Б.03 Управление проектами в сфере физической культуры и спорта**

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое сопровождение
физической культуры и спорта**

Кафедра ТМФВ

**Доцент, к.б.н., Кучин Роман Викторович
e-mail: r_kuchin@ugrasu.ru**

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения Объем занятий, час	
	всего	I семестр
Лекции	8	8
Практические (семинарские) занятия	8	8
Лабораторные работы	14	14
Самостоятельная работа	78	78
Домашние задания		
Курсовой проект/ работа		
Итого:	144	144
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация):	Экзамен (36)	Экзамен (36)

Коды формируемых компетенций ОК-3, ОПК-2; ОПК-4; ПК-10; ПК-26.

Цель - планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины является изучение основ бизнес-планирования, базовых принципов и методологии управления проектами в сфере физической культуры и спорта, знание которых необходимо для успешного ведения проектной и управленческой деятельности в современных рыночных условиях.

Студент должен знать:

- основные современные концепции физического и нравственного самосовершенствования человека (ОК-3)
- законы, на основе которых строятся отношения в больших и малых группах, коллективах (социальных, этнических, конфессиональных, профессиональных), основы психологии общения, социологии и других дисциплин, изучающих функционирование коллективов, стратегии и методы предупреждения и разрешения конфликтов в коллективе (ОПК-2)
- алгоритм проектной деятельности, основные теории управления, стратегии и тактики проектирования, основные концепции современной науки (ОПК-4)
- функции, средства и стили общения, способы взаимодействия тренера с

воспитанниками, социально-психологические особенности групп людей, психолого-педагогические средства и способы организации и управления индивидуумом, группой (ПК-10)

- основы проектирования и планирования научных исследований физкультурно-спортивной деятельности (ПК-26)

Студент должен уметь:

- творчески решать современные научные проблемы и практические задачи в области физической культуры и спорта (ОК-3)

- ориентироваться в специальной научной литературе (ОК-3)

- организовывать систему правильных отношений и иных коммуникаций в коллективе, принимать решения и добиваться их выполнения в коллективе, проводить мониторинг и анализ результатов деятельности коллектива (ОПК-2)

- составлять простые проекты, выявлять и анализировать причины возникновения проблемных ситуаций в проектировании, применять конструктивные, креативные средства и методы в проектировании, составлять сложные, междисциплинарные проекты (ОПК-4)

- выбрать и реализовать тот или иной стиль общения, адекватный контингенту воспитанников и задачам тренировочного процесса, организовать взаимодействие между участниками тренировочного процесса, выстраивать конструктивные взаимоотношения с лицами, вовлеченными в тренировочный процесс (ПК-10)

Студент должен владеть:

- методиками интеллектуального и физического саморазвития, самореализации и использования творческого потенциала (ОК-3)

- навыками критического осмысления и анализа информации (ОК-3)

- технологиями планирования и оценки результатов коллективной деятельности по решению научных, образовательных и иных задач, актуальными способами определения приоритетных видов профессиональной деятельности и постановке целей для коллектива, навыками повышения личных компетенций и компетенций членов коллектива (ОПК-2)

- приемами проектирования и управления в различных сферах деятельности (ОПК-4)

- приемами управления проектами в различных видах профессиональной деятельности (ОПК-4)

- понятийно-категориальным аппаратом общения в тренировочном процессе, приемами создания настроения занимающихся на конструктивную деятельность, психолого-педагогическими способами и методами создания благоприятного микроклимата в коллективе (ПК-10)

Место дисциплины в образовательной программе

Является основой для дисциплин:

Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков
Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

Преддипломная практика

Научно-исследовательская работа

Подготовка к защите и процедура защиты выпускной квалификационной работы

Структура и ключевые понятия дисциплины:

1. Курс «Управление проектами в сфере физической культуры и спорта».

Основные понятия курса «Управление проектами в сфере физической культуры и спорта», история возникновения и развития дисциплины, классификация проектов. Проект как система, окружающая среда проекта, участники проекта. Подсистемы и функциональные области управления проектами, предметные области проекта и базовые функциональные области управления проектом. Организационные структуры управления проектами. Организация офиса проекта: основные требования, состав офиса, программные комплексы управления проектом. Жизненный цикл проекта в сфере физической культуры и спорта. Фазы жизненного цикла проекта в сфере физической культуры и спорта.

2. Подготовка и презентация собственного проекта в сфере физической культуры и спорта.

Организация занятий по дисциплине:

Лекции, практические занятия, самостоятельная работа студентов, PowerPoint презентации лекционного материала и собственных проектов, текущая проверка усвоения теоретического материала, промежуточный контроль (экзамен).

**АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ
Б1.Б.04 СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ НАУК О ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ**

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое сопровождение
физической культуры и спорта**

Кафедра ТМФВ

**Профессор, д.п.н., Барбашов Сергей Викторович
SVBarbashov@yandex.ru**

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения Объем занятий, час		
	всего	1 семестр	2 семестр
Лекции	16	8	8
Практические (семинарские) занятия	36	14	22
Лабораторные работы			
Самостоятельная работа	164	50	114
Домашние задания			
Курсовой проект/работа			
Итого:	252	72	180
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация):	Зачет, экзамен (36)	Зачет	Экзамен (36)

Коды формируемых компетенций ОПК-3, ПК-5, ПК-6, ПК-8, ПК-9, ПК-25.

Цель - планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью дисциплины является показать в современном аспекте состояние и наиболее актуальную проблематику физической культуры и спорта как многоаспектных объектов научного исследования.

Студент должен знать:

- современные теории, методы и тенденции развития научно-практических тематик в сфере физической культуры и спорта (ОПК-3)
- принципы и систему подготовки спортсменов, формирования адаптации у спортсменов (ПК-5)
- главные направления научных исследований, непосредственно связанных со сферой деятельности (видом спорта) и др. (ПК-5)
- влияние экстремальных условий и тренировочных и внесоревновательных факторов на подготовку спортсменов (ПК-5)
- технологии подготовки спортсменов (ПК-6)

- специфику планирования тренировочного процесса спортсменов различной квалификации и специализации (ПК-8)
- структуру годичных и многолетних циклов подготовки спортсменов (ПК-8)
- основы построения тренировочных программ (ПК-8)
- варианты интерпретации понятий о видах подготовки спортсменов с позиций ведущих отечественных и зарубежных учёных: технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной, интегральной; главные направления научных (ПК-8)
- междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих проблему подготовки спортсмена (ПК-9)
- систему научных знаний в области физической культуры и спорта, новейшие теории, интерпретации, методы и технологии современных научных исследований (ПК-25)
- технологии планирования, программ, методологии проведения исследований (ПК-25)

Студент должен уметь:

- осуществлять собственные педагогические и научные исследования (ОПК-3)
 - разрабатывать методическую документацию, сопровождающую образовательный процесс в сфере физической культуры и спорта, определять содержание, формы организации и методы учебно-воспитательного процесса (ОПК-3)
 - оперировать научными знаниями о физической культуре и спорте и избранном виде спорта (ПК-5)
 - применять на практике знания о современных технологиях, средствах и методах подготовки спортсменов различного контингента (ПК-5)
 - оперировать отбором и ориентированием спортсменов к занятиям избранным видом спорта; использовать знания при анализе, контроле и управлении процессом подготовки спортсменов (ПК-5)
 - определять расстановку соответствующих приоритетов в подготовке спортсменов (ПК-6)
 - подбирать адекватные методы и технологии для решения задач по видам подготовки спортсменов различной квалификации (ПК-8)
 - составлять планы тренировочного процесса (макро, мезо, микроциклов) (ПК-8)
 - планировать учебно-тренировочный процесс для спортсменов различной квалификации на перспективном, текущем и оперативном уровнях (ПК-8)
 - находить разнообразные пути решения стандартных и нестандартных ситуаций в подготовке спортсмена (на различных ее этапах) (ПК-9)
 - оперировать знаниями в области научных исследований, проводить анализ выполняемых научных исследований в области физической культуры и спорта (ПК-25)
 - разрабатывать, планировать и применять программы исследований в соответствии с требованиями образовательного процесса, места, условий, контингента и др. (ПК-25)
- Студент должен владеть:**
- навыками критического анализа и оценки современных достижений в сфере физической культуры и спорта (ОПК-3)
 - навыками планирования и контроля с целью наиболее эффективного составления методической документации образовательной деятельности в сфере физической культуры и спорта (ОПК-3)
 - современными методами обучения и воспитания, научного исследования, технологиями развития творческого мышления (ОПК-3)

- современными технологиями, средствами и методами подготовки спортсменов, навыками разработки целевых тренировочных программ и планов подготовки спортсменов различной квалификации (ПК-5)
- навыками оценки эффективности учебно-тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей спортсменов (ПК-6)
- современными технологиями подготовки спортсменов различной квалификации в избранном виде спорта (ПК-8)
- навыками планирования, управления и контроля тренировочного процесса спортсменов различной квалификации в избранном виде спорта (ПК-8)
- навыками составления планов, программ, методологии исследования в профессиональной деятельности (ПК-25)

Место дисциплины в образовательной программе

Предшествующие дисциплины:

История и методология науки о физической культуре и спорте
Физкультурно-оздоровительные технологии

Является основой для дисциплин:

Медико-биологические проблемы адаптации человека к мышечным нагрузкам
 Физиология мышечной деятельности
 Современные психофизиологические методы исследования в спорте
 Возрастные, половые, индивидуальные особенности адаптации к мышечной деятельности
 Закономерности адаптации к мышечным нагрузкам в различных климато-географических условиях
 Биоритмология в спорте
 Специфика адаптации в зависимости от вида спорта и направленности тренировочного процесса
 Физиологические основы совершенствования двигательных навыков
 Медико-биологические средства оптимизации функционального состояния организма спортсмена
 Медико-биологические и социально-этические проблемы допинга в спорте
 Научно-исследовательская работа
 Подготовка к защите и процедура защиты выпускной квалификационной работы

Структура и ключевые понятия дисциплины

1. Система научного знания о физической культуре и спорте, ее структура.
2. Проблема разработки концептуальных представлений о тенденциях развития физической культуры и спорта.
3. Сравнительный анализ традиционных и нетрадиционных направлений в сфере физической культуры и спорта.
4. Научно-прикладные аспекты совершенствования отечественной системы физического воспитания.
5. Проблематика оптимизации структуры многолетнего процесса физического воспитания в соответствии с закономерностями онтогенеза и динамики жизнедеятельности индивида.
6. Дидактическая проблематика в сфере физической культуры.

7. Проблематика углубленного познания закономерностей оптимизации процесса физического развития индивида и совершенствования технологий воспитания физических качеств и двигательных способностей.

8. Проблематика дальнейшей разработки теории и технологии современного спорта.

Организация учебных занятий по дисциплине

Дисциплина состоит из разделов, каждый раздел завершается текущим контролем. Виды учебных занятий: лекции, практические занятия, самостоятельное изучение. Формы итогового контроля по дисциплине: зачет, экзамен.

АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ
**Б1.В.01 МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ ЧЕЛОВЕКА
К МЫШЕЧНЫМ НАГРУЗКАМ**

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое сопровождение физической
культуры и спорта**

Кафедра теории и методики физического воспитания

**Доцент, к.б.н. Кучин Роман Викторович,
e-mail: r_kuchin@ugrasu.ru**

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения Объём занятий, час	
	всего	2 семестр
Лекции	8	8
Практические (семинарские) занятия	8	8
Лабораторные работы	24	24
Самостоятельная работа	140	140
Домашние задания		
Курсовая работа	+	+
Контрольная работа		
Итого:	216	216
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация)	Экзамен (36)	Экзамен (36)

Коды формируемых компетенций: ОПК-3, ПК-5.

Цель – планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины «Медико-биологические проблемы адаптации человека к мышечным нагрузкам» является знакомство магистрантов с основными представлениями о функциях организма человека и механизмах их регуляции при адаптации к физическим (мышечным) нагрузкам при занятиях различными видами спорта и физической культуры, а также научить их использовать полученные знания в практической деятельности при разработке конкретных и эффективных программ в сфере спортивной тренировки и физической культуры.

Студент должен знать:

- современные теории, методы и тенденции развития научно-практических тематик в сфере физической культуры и спорта (ОПК-3)
- принципы и систему подготовки спортсменов; закономерности формирования адаптации у спортсменов, энергообеспечение мышечной деятельности, нагрузку, утомление и восстановление в спорте, формирование долговременных

адаптационных реакций в многолетней и годичной подготовке, стороны подготовленности, двигательные качества спортсменов, структуру и методику их подготовки (ПК-5)

Студент должен уметь:

- осуществлять собственные педагогические и научные исследования (ОПК-3)
- применять на практике знания о современных технологиях, средствах и методах подготовки спортсменов (ПК-5)

Студент должен владеть:

- навыками критического анализа и оценки современных достижений в сфере физической культуры и спорта (ОПК-3)
- навыками поиска современной и качественной информации в области подготовки спортсмена в избранном виде спорта (ПК-5)

Место дисциплины в образовательной программе

Предшествующие дисциплины:

История и методология науки о физической культуре и спорте
Современные проблемы наук о физической культуре и спорте
Физкультурно-оздоровительные технологии

Является основой для дисциплин:

Физиология мышечной деятельности

Структура и ключевые понятия дисциплины

- 1. Общие проблемы адаптации.** Общие принципы и механизмы адаптации. Характеристика срочной и долговременной адаптации. Обратимость процессов адаптации. Положительные, отрицательные, перекрестные эффекты адаптации. Системный структурный след, вегетативная память. Общий адаптационный синдром (Г. Селье). Понятие о срочном, отставленном и кумулятивном эффекте. Физиологическая стоимость адаптации, проявления отрицательной перекрестной адаптации. Функциональная система адаптации.
- 2. Проблемы адаптации к мышечной деятельности.** Адаптационные изменения систем исполнения. Физиологические изменения, возникающие в костно-мышечной системе и суставно-связочном аппарате в результате систематических физических нагрузок разной направленности, интенсивности и продолжительности. Адаптационные изменения систем обеспечения. Адаптационные физиологические изменения, возникающие в сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной, выделительной системах в результате систематических физических нагрузок разной направленности, интенсивности и продолжительности. Адаптационные изменения систем контроля и регуляции. Физиологические изменения, возникающие в нервной и эндокринной системах в результате систематических физических нагрузках разной направленности, интенсивности и продолжительности.

Организация учебных занятий по дисциплине

Теоретический материал дисциплины состоит из 2 разделов, каждый раздел завершается проведением мероприятий текущего контроля, написанием реферата, курсовой работы.

**АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ
Б1.В.02 МЕТОДЫ МАТЕМАТИЧЕСКОЙ СТАТИСТИКИ В
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ**

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое сопровождение
физической культуры и спорта**

Кафедра Теории и методики физического воспитания

Доцент, д.б.н. Стогов Максим Валерьевич,

e-mail: stogo_off@list.ru.

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения Объем занятий, час	
	всего	2 семестр
Лекции	8	8
Практические (семинарские) занятия		
Лабораторные работы	16	16
Самостоятельная работа	84	84
Домашние задания		
Курсовой (ая) проект/работа		
Итого:	144	144
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация):	Экзамен (36)	Экзамен (36)

Коды формируемых компетенций ОПК-5; ПК-28.

Цель - планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины является формирование системы знаний и умений в области измерений, контроля и обработки данных в практике физической культуры, создание на этой основе навыков научного мышления и базы знаний о методах и способах обработки и представления результатов исследований.

Студент должен знать:

- основные этапы научного исследования, методику проведения научного исследования, основные методы исследования, способы и виды литературно-графического оформления результатов научного исследования (ОПК-5)
- современный уровень и тенденции развития информационных технологий, направления их применения в науке и образовании (ПК-28)

Студент должен уметь:

- определять проблему, обосновывать актуальность исследования, определять объект и предмет исследования, формулировать цель, задачи, гипотезу исследования, обрабатывать, анализировать и описывать результаты исследования (ОПК-5)

– создавать и обрабатывать текстовую, числовую и графическую информацию, работать с электронными таблицами, базами данных и презентациями (ПК-28)

Студент должен владеть:

– навыками написания научных статей, методических рекомендаций, научно-методических разработок, выступлений на конкурсах, конференциях, собраниях, методами проведения научных исследований в профессиональной деятельности, навыками использования учебно-лабораторного оборудования, аппаратуры, инвентаря (ОПК-5)

– современными технологиями поиска, обработки и представления информации (ПК-28)

– методами обработки результатов исследований с использованием методов математической статистики, информационных технологий в сфере физической культуры и спорта (ПК-28)

Место дисциплины в образовательной программе

Предшествующие дисциплины:

Научно-исследовательская работа

Является основой для дисциплин:

Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

Преддипломная практика

Научно-исследовательская работа

Подготовка к защите и процедура защиты выпускной квалификационной работы

Структура и ключевые понятия дисциплины

1. Научная и методическая деятельность в сфере физической культуры и спорта. Наука как система знаний о явлениях и законах природы и общества. Цель науки о физической культуре и спорте. Фундаментальные и прикладные научные исследования. Развитие методологии научного познания. Методы исследования (всеобщие, общие и частные). Основные этапы научного исследования. Постановка проблемы. Объект и предмет исследования. Определение цели и задач. Выбор методов исследования, их разработка.

2. Методы математической статистики в физической культуре и спорте. Основы выборочного метода исследования и статистического описания объектов. Сплошное и выборочное исследование, генеральная и выборочная совокупности. Понятие о рандомизации - простом случайном отборе. Сбор и организация данных, измерительные шкалы. Понятие о статистическом оценивании параметров генеральной совокупности. Задача анализа одной выборки. Понятие выборочного (эмпирического) распределения и выборочной функции распределения. Основы проверки статистических гипотез. Понятие нулевой гипотезы. Уровень значимости. Понятие о статистических критериях. Задача сравнения двух выборок. Задача сравнения нескольких выборок.

Организация учебных занятий по дисциплине

Текущий контроль применяется на лабораторном занятии и в форме коллоквиума. Для оценки самостоятельной работы студентов применяется реферативная форма контроля. В конце семестра проводится устный экзамен.

**АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ
Б1.В.03 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК**

**Код и название направления 49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое сопровождение физической
культуры и спорта**

**Название обеспечивающей кафедры: Кафедра иностранных языков
Должность, ученая степень, ФИО разработчика Андуганова Марианна Юрьевна
к филол. н., доц.**

**Виды и объем занятий по дисциплине
Б1.В.03 ИНОСТРАННЫЙ ЯЗЫК**

Виды занятий	Очная форма обучения Объём занятий, час	
	всего	3 семестр
Лекции		
Практические (семинарские) занятия	26	26
Лабораторные работы		
Самостоятельная работа	82	82
Домашние задания		
Промежуточный контроль		
Курсовой (ая) проект/работа		
Итого:	108	108
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация):	зачет	зачет

Коды формируемых компетенций: ОПК 1

Планируемые результаты освоения ОПОП (компетенции), достижение которых обеспечивает дисциплина		Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
Коды компетенции	Содержание компетенций	
ОПК-1	способность к коммуникации в устной и письменной формах для решения задач профессиональной деятельности	<p>Знать: культуру страны изучаемого иностранного языка, культуру этикета; способы словообразования; грамматические нормы, обеспечивающие коммуникацию общего характера без искажения смысла при письменном и устном общении</p> <p>Уметь: использовать полученные представления и знания в непосредственном и опосредованном иноязычном общении</p> <p>Владеть: фонетическими, грамматическими, лексическими, орфоэпическими нормами иностранного языка</p>

Цель - планируемые результаты изучения дисциплины:

Целями освоения дисциплины **Иностранный язык** являются формирование

иноязычной коммуникативной компетенции, понимаемой как способность и готовность осуществлять иноязычное повседневно-бытовое и профессиональное опосредованное и непосредственное общение с носителями языка в заданных программой пределах.

Место дисциплины в образовательной программе

Дисциплина Иностранный язык относится к вариативной части блока Б1 учебного плана. **Б1.В.03**

Предшествующие и последующие дисциплины

№ п/п	Наименование компетенции	Предшествующие дисциплины	Последующие дисциплины (группы дисциплин)
Профессиональные компетенции			
	ОПК-1		Подготовка к защите и процедура защиты выпускной квалификационной работы

Структура и ключевые понятия дисциплины

№ за н	Наименование и краткое содержание	Ко л-во ча со в оч н	Кол -во часо в очн	Формы отчетности
1-2	Тема: the Olympic games and sports organization Грамматика: Present Simple vs. Present Continuous Лексика: the Olympic games and sports organization Практика разговорной речи: Discussing ideas about the Olympic games and sports organization. Чтение и аудирование: web-pages about the Olympic games and sports organization . Someone describing his company in 60 seconds.	4	4	Монолог Проверка письменного перевода
3-4	Work routines. Лексика: My profession Практика разговорной речи: Asking about work routines. Чтение и аудирование: web-page about someone's job.	4	4	Диалог. Устный опрос
5-6	Using the telephone. Грамматика: Indirect questions. Лексика: business telephone talk Практика разговорной речи: Telephone language. Saying numbers in words;	4	4	Диалог. Проверка упражнений
7	Тема: Aquatic sports Работа с текстом и лексикой. Выполнение упражнений Грамматика: Constructing questions. Лексика: business talk Чтение и аудирование: Информационная статья по общей тематике из разных новостных источников	2	2	Письменный перевод

8	Тема: fencing and riding Работа с текстом и лексикой. Выполнение упражнений Грамматика: Past Simple. Time expressions in, on, at, ago, when. Практика разговорной речи: Asking questions about the past. Чтение и аудирование: Информационная статья по общей тематике из разных новостных источников	2	2	Диалог. Письменный перевод. Упражнения с учебника
9	Тема: Cycling Работа с текстом и лексикой. Выполнение упражнений. Грамматика. Грамматический материал по текущей необходимости Чтение и аудирование: Информационная статья по общей тематике из разных новостных источников Письмо: Writing an e-mail	2	2	Письменный перевод
10	Тема: Wrestling and Weightlifting. Boxing. Работа с текстом и лексикой. Выполнение упражнений. Грамматика. Грамматический материал по текущей необходимости Чтение и аудирование: Информационная статья по общей тематике из разных новостных источников	2	2	Монолог
11	Тема: Gymnastics .Работа с текстом и лексикой. Выполнение упражнений. Грамматика. Грамматический материал по текущей необходимости Письмо: Дать письменное описание двух направлений развития гимнастики XX века.	2	2	Письменный перевод. Эссе
12	Тема: Soccer Работа с текстом и лексикой. Выполнение упражнений Грамматика. Грамматический материал по текущей необходимости Чтение и аудирование: Информационная статья по общей тематике из разных новостных источников	2	2	Монолог
13	Тема: Pre- Revolutionary football development. Работа с текстом и лексикой. Выполнение упражнений. Грамматика. Грамматический материал по текущей необходимости Письмо: Составить реферат по материалу текста. Чтение и аудирование: Информационная статья по общей тематике из разных новостных источников	2	2	Монолог. Эссе
ИТОГО		26	26	

Организация учебных занятий по дисциплине

Дисциплина построена по принципу практических занятий, что предполагает выполнение разных видов аудиторного и домашнего задания.

АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ
**Б1.В.04 СОВРЕМЕННЫЕ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ
ИССЛЕДОВАНИЯ В СПОРТЕ**

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое сопровождение физической
культуры и спорта**

Кафедра теории и методики физического воспитания

**Доцент, к.б.н. Нененко Наталья Дмитриевна
e-mail: n_nenenko@ugrasu.ru**

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения Объем занятий, час	
	всего	4 семестр
Лекции	6	6
Практические (семинарские) занятия	6	6
Лабораторные работы	12	12
Самостоятельная работа	48	48
Домашние задания		
Контрольная работа		
Итого:	72	72
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация)	зачет	зачет

Коды формируемых компетенций: ПК-6, ПК-11.

Цель – планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины «Современные психофизиологические методы исследования в спорте» создать целостное представление о психофизиологических методах исследования функциональных состояний, возникающих в процессе профессиональной и спортивной деятельности, а также способах их регуляция.

Студент должен знать:

- современные направления научных исследований, непосредственно связанных со сферой деятельности (видом спорта) (ПК-6)
- специфику функциональных состояний в спортивной деятельности, способы, принципы и технологии управления физическим и психическим состоянием спортсмена (ПК-11)

Студент должен уметь:

- определять расстановку соответствующих приоритетов в подготовке спортсменов (ПК-6)
 - критически оценивать и контролировать психическое состояние спортсмена (ПК-11)
- Студент должен владеть:**
- методами оценки морфофункциональных, половозрастных и психических особенностей спортсменов (ПК-6)
 - методами оценки психического состояния спортсмена и методами и средствами регуляции психических состояний, возникающих в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности (ПК-11)

Место дисциплины в образовательной программе

Предшествующие дисциплины:

Физкультурно-оздоровительные технологии
 Современные проблемы наук о физической культуре и спорте
 Морфометрические характеристики спортсменов разных специализаций
 Физиология мышечной деятельности
 Проблемы перетренированности и реадaptации

Структура и ключевые понятия дисциплины

Разделы:

1. Основы психофизиологии спорта. Психофизиологические особенности профессиональных занятий спортом и физической культурой. Роль адаптации в обеспечении биологической надежности функционирования организма при занятиях спортом. Функциональное состояние как системообразующий фактор профессиональной работоспособности спортсменов. Формирование функциональных систем в процессе деятельности. Блоки функциональных систем и их роль в управлении деятельностью. Принцип доминанты и управление деятельностью спортсмена.

2. Психофизиологические методы исследования в спорте. Методики оценки основных свойств нервной системы и психодинамических функций. Психофизиологическая диагностика функциональных состояний спортсменов.

Организация учебных занятий по дисциплине

Теоретический материал дисциплины состоит из 2 разделов, каждый раздел завершается проведением мероприятий текущего контроля, написанием реферата.

АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ
**Б1.В.05 ВОЗРАСТНЫЕ, ПОЛОВЫЕ И ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ
АДАПТАЦИИ К МЫШЕЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое сопровождение физической
культуры и спорта**

Кафедра теории и методики физического воспитания

**Доцент, к.б.н. Нененко Наталья Дмитриевна
e-mail: n_nenenko@ugrasu.ru**

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения Объем занятий, час	
	всего	4 семестр
Лекции	6	6
Практические (семинарские) занятия	8	8
Лабораторные работы	12	12
Самостоятельная работа	82	82
Домашние задания		
Контрольная работа		
Итого:	108	108
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация)	зачет	зачет

Коды формируемых компетенций: ПК-6

Цель – планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины «Возрастные половые и индивидуальные особенности адаптации к мышечной деятельности» является формирование углубленных знаний в области адаптации к физическим нагрузкам и формирование готовности творческого использования научно-методического, учебного и организационного опыта в будущей работе.

Студент должен знать:

- современные направления научных исследований, непосредственно связанных со сферой деятельности (видом спорта)
- основы спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта

Студент должен уметь:

- определять расстановку соответствующих приоритетов в подготовке спортсменов

Студент должен владеть:

- методами оценки морфофункциональных, половозрастных и психических особенностей спортсменов
- навыками оценки эффективности учебно-тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей спортсменов

Место дисциплины в образовательной программе

Предшествующие дисциплины:

Современные проблемы наук о физической культуре и спорте

Морфометрические характеристики спортсменов разных специализаций

Физиология мышечной деятельности

Структура и ключевые понятия дисциплины

Разделы:

1. Физиологические основы спортивной тренировки на различных этапах онтогенеза. Периодизация онтогенеза человека. Критические периоды в онтогенезе. Факторы роста и развития организма. Классификация возрастных групп с учетом возрастной морфологии и физиологии. Возрастные группировки юных спортсменов. Морфофункциональные особенности растущего организма. Динамика возрастного развития физических качеств у детей и подростков. Возрастные факторы риска. Особенности периода полового созревания. Индивидуальные особенности юных спортсменов. Особенности построения тренировочного процесса с детьми и подростками. Сущность старения и физиологические особенности стареющего организма. Двигательная активность при старении.

2. Физиологические основы спортивной тренировки женщин. Морфофункциональные особенности женского организма. Физиологические особенности реакции на кратковременную мышечную нагрузку. Физиологическая адаптация к спортивной тренировке. Спорт и репродуктивная функция женщин.

3. Генетика спорта. История спортивной генетики. Наследуемость признаков и тренируемость физических качеств. Генетические маркеры в прогнозировании предрасположенности к спортивной одаренности: серологические маркеры, иридологические маркеры, дерматоглифические маркеры.

Организация учебных занятий по дисциплине

Теоретический материал дисциплины состоит из 3 разделов, каждый раздел завершается проведением мероприятий текущего контроля, написанием реферата.

АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ
Б1.В.06 Проблемы перетренированности и реадaptации

**49.04.01 - Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое
сопровождение физической культуры и спорта**

Кафедра Теории и методики физического воспитания

**Доцент, д.б.н. Грязных А.В.,
e-mail: anvit-2004@mail.ru**

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения Объем занятий, час		
	всего	2 семестр	3 семестр
Лекции	12	6	6
Практические (семинарские) занятия	26	12	14
Лабораторные работы	32	18	14
Самостоятельная работа	74	36	38
Домашние задания			
Курсовой (ая) проект/работа			
Итого:	180	72	108
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация):	Зачет, Экзамен (36)	Зачет	Экзамен (36)

Коды формируемых компетенций: ПК-11, ПК-27

Цель - планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины является формирование необходимых знаний об особенностях процессов жизнедеятельности во время занятий физическими упражнениями и спортом, в период восстановления и после мышечной работы и сформировать у студентов правильное понимание механизмов и закономерностей изменений, которые совершаются в организме под влиянием систематических занятий физическими упражнениями, и лежат в основе повышения работоспособности и совершенствования физических качеств.

Студент должен знать:

- специфику функциональных состояний в спортивной деятельности; способы, принципы и технологии управления физическим и психическим состоянием (ПК-11)
- основные методики смежных наук для определения физического развития, функциональной готовности, комплексного контроля физического здоровья и работоспособности человека (ПК-27).

Студент должен уметь:

- критически оценивать и контролировать свое физическое и психическое состояние (ПК-11)

- организовывать и проводить исследования с применением аппаратуры и методик смежных наук; применять компьютерные технологии получения и обработки научной информации в области спортивной медицины, физиологии, биомеханики и др. (ПК-27)

Студент должен владеть:

- методами оценки психического состояния спортсмена и методами и средствами регуляции психических состояний, возникающих в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности (ПК-11)

- навыками применения современных методик и технологий смежных областей знания для выявления и анализа научных и практических проблем в проведении научно-исследовательской работы в сфере физической культуры и спорта. (ПК-27)

Место дисциплины в образовательной программе

Предшествующие дисциплины:

Физкультурно-оздоровительные технологии

Научно-исследовательская работа

Является основой для дисциплин:

Современные психофизиологические методы исследования в спорте

Специфика адаптации в зависимости от вида спорта и направленности тренировочного процесса

Физиологические основы совершенствования двигательных навыков

Медико-биологические средства оптимизации функционального состояния организма спортсмена

Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

Научно-исследовательская работа

Подготовка к защите и процедура защиты выпускной квалификационной работы

Структура и ключевые понятия дисциплины:

1. Общие закономерности процессов адаптации, дизадаптации и реадaptации.

Основные факторы и механизмы, определяющие развитие утомления, переутомления, перетренированности. Адаптивные перестройки. «Цена» адаптации.

2. Основные закономерности изменения висцеральных функций организма человека в процессе адаптации к хроническим мышечным нагрузкам.

Адаптация и дизадаптация органов и систем организма спортсменов при хронических мышечных нагрузках.

Организация учебных занятий по дисциплине.

Содержание дисциплины разбито на 2 раздела, по каждому разделу проводятся практические занятия после изучения теоретического материала, в заключении изучения дисциплины проводится промежуточный контроль (зачет и экзамен).

**АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ
Б1.В.07 ФИЗИОЛОГИЯ МЫШЕЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое
сопровождение физической культуры и спорта**

Кафедра теории и методики физического воспитания

**Доцент, к.б.н. Черницына Наталья Валерьевна,
e-mail: cherni62@mail.ru.**

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения Объём занятий, час		
	всего	Семестр 2	Семестр 3
Лекции	14	8	6
Практические (семинарские) занятия	16	16	-
Лабораторные работы	34	18	16
Самостоятельная работа	116	66	50
Домашние задания			
Курсовой проект/ контрольная работа	+		+
Итого:	216	108	108
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация):	Зачет, экзамен (36)	Зачет	Экзамен (36)

Коды формируемых компетенций: ПК-5, ПК-6, ПК-7.

Цель - планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины является формирование у магистрантов понимания механизмов и закономерностей изменений, которые совершаются в организме под влиянием систематических занятий физическими упражнениями и лежат в основе повышения работоспособности и совершенствования физических качеств спортсмена.

Студент должен знать:

- принципы и систему подготовки спортсменов, формирование адаптации у спортсменов, энергообеспечение мышечной деятельности, нагрузку, утомление и восстановление в спорте, формирование долговременных адаптационных реакций в многолетней и годичной подготовке, стороны подготовленности, двигательные качества спортсменов, структуру и методику их подготовки (ПК-5)
- основы спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта (ПК-6)
- современные технологии, средства и методы подготовки спортсменов (ПК-7)

Студент должен уметь:

- оперировать отбором и ориентированием спортсменов к занятиям избранным видом спорта, использовать знания при анализе, контроле и управлении процессом подготовки спортсменов (ПК-5)
- определять расстановку соответствующих приоритетов в подготовке спортсменов (ПК-6)
- выполнять научные исследования в области спортивной тренировки (ПК-7)

Студент должен владеть:

- навыками поиска современной и качественной информации в области подготовки спортсмена в избранном виде спорта (ПК-5)
- методами оценки морфофункциональных, половозрастных и психических особенностей спортсменов (ПК-6)
- современными технологиями поиска и обработки актуальной научной информации в области избранного вида спорта (ПК-7)

Место дисциплины в образовательной программе

Предшествующие дисциплины:

Физкультурно-оздоровительные технологии
Современные проблемы наук о физической культуре и спорте
Медико-биологические проблемы адаптации человека к мышечным нагрузкам
Морфометрические характеристики спортсменов разных специализаций
Научно-исследовательская работа

Является основой для дисциплин:

Современные психофизиологические методы исследования в спорте
Возрастные половые и индивидуальные особенности адаптации к мышечной деятельности
Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности
Научно-исследовательская работа
Подготовка к защите и процедура защиты выпускной квалификационной работы

Структура и ключевые понятия дисциплины:

- 1. Моделирование и прогнозирование в системе спортивной подготовки на основе прогностически значимых морфофункциональных признаков.** Теоретические основы отбора и ориентации спортсменов. Спортивная ориентация. Модельные характеристики спортсменов различных видов спорта. Этапы спортивного отбора.
- 2. Специфика планирования тренировочного процесса с учетом особенностей мышечной деятельности спортсменов различных специализаций.** Планирование тренировочного процесса в многолетних циклах, в годовом цикле, оперативное планирование в игровых видах спорта, единоборствах, циклических видах спорта.
- 3. Особенности мышечной деятельности при подготовке спортсменов различных специализаций.** Построение спортивной подготовки в микро-, мезо- и макроциклах в игровых видах спорта, единоборствах, циклических видах спорта.

Организация учебных занятий по дисциплине

Дисциплина состоит из 3 разделов, каждый раздел завершается проведением мероприятий текущего контроля, промежуточный контроль - зачет, экзамен.

АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ
**Б1.В.ДВ.01.01 МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОПТИМИЗАЦИИ
ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ОРГАНИЗМА СПОРТСМЕНА**

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое
сопровождение физической культуры и спорта**

Кафедра теории и методики физического воспитания

**Доцент, к.б.н. Нененко Наталья Дмитриевна
e-mail: n_nenenko@ugrasu.ru**

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения Объем занятий, час	
	всего	3 семестр
Лекции	6	6
Практические (семинарские) занятия	18	18
Лабораторные работы		
Самостоятельная работа	84	84
Домашние задания		
Контрольная работа		
Итого:	108	108
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация):	зачет	зачет

Коды формируемых компетенций: ПК-9, ПК-27.

Цель – планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины «Медико-биологические средства оптимизации функционального состояния организма спортсменов» является формирование углубленных знаний об особенностях планирования тренировочного процесса с позиции восстановительных и реабилитационных мероприятий в группах спортсменов различной специализации.

Студент должен знать:

- междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих проблему подготовки спортсмена (ПК-9)
- эффективные пути определения уровня подготовленности спортсмена любой квалификации на каждом этапе подготовки (ПК-9)

- актуальные научные и практические проблемы физкультурно-спортивной деятельности (ПК-27)

Студент должен уметь:

- определять приоритетные задачи при подготовке спортсменов в избранном виде спорта (ПК-9)
- выявлять и анализировать актуальные научные и практические проблемы физкультурно-спортивной деятельности (ПК-27)

Студент должен владеть:

- опытом постановки, ранжирования и коррекции задач подготовки спортсменов (ПК-9)
- методикой критического анализа и оценивания научной информации в сфере физкультурно-спортивной деятельности (ПК-27)

Место дисциплины в образовательной программе

Предшествующие дисциплины:

Современные проблемы наук о физической культуре и спорте
 Проблемы перетренированности и реадаптации
 Научно-исследовательская работа

Является основой для дисциплин:

Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности
 Научно-исследовательская работа
 Подготовка к защите и процедура защиты выпускной квалификационной работы

Структура и ключевые понятия дисциплины

Разделы:

1. Энергообеспечение мышечной деятельности. Механизмы коррекции энергообеспечения мышечной работы. Применение фосфагенов, эрергизаторов. Углеводное обеспечение и насыщение. Диетическая схема тайпер. Регуляция липидного обмена.

2. Медико-биологические средства оптимизации процессов восстановления и повышения спортивной работоспособности. Факторы, ограничивающие работоспособность спортсмена. Характеристика системных факторов. Характеристика органных факторов. Дополнительные факторы. Принципы организации восстановительных мероприятий медико-биологического плана. Коррекция гипоксии. Динамика кислотно-основного равновесия при физических нагрузках. Коррекция лактатного метаболизма. Возмещение дефицита жидкости и электролитов в условиях спортивной деятельности.

Организация учебных занятий по дисциплине

Теоретический материал дисциплины состоит из 2 разделов, каждый раздел завершается проведением мероприятий текущего контроля, написанием реферата.

АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ
**Б1.В.ДВ.01.02 МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ЭТИЧЕСКИЕ
ПРОБЛЕМЫ ДОПИНГА В СПОРТЕ**

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое
сопровождение физической культуры и спорта**

Кафедра теории и методики физического воспитания

**Доцент, к.б.н. Нененко Наталья Дмитриевна
e-mail: n_nenenko@ugrasu.ru**

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения Объем занятий, час	
	всего	3 семестр
Лекции	6	6
Практические (семинарские) занятия	18	18
Лабораторные работы		
Самостоятельная работа	84	84
Домашние задания		
Контрольная работа		
Итого:	108	108
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация)	зачет	зачет

Коды формируемых компетенций: ОК-2, ПК-9.

Цель – планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины «Медико-биологические и социально-этические проблемы допинга в спорте» является овладение системой научно-практических знаний, умений и компетенций в области предотвращения использования допинга в спорте.

Студент должен знать:

- основные законы социального развития общества и этические стандарты (ОК-2)
- междисциплинарную интеграцию комплекса наук, изучающих проблему подготовки спортсмена (ПК-9)

Студент должен уметь:

- принимать решения и действовать, предусматривая социальные и этические последствия своих решений (ОК-2)

- определять приоритетные задачи при подготовке спортсменов в избранном виде спорта (ПК-9)

Студент должен владеть:

- методиками определения социальных и этических последствий своих решений (ОК-2)
- владеть опытом постановки, ранжирования и коррекции задач подготовки спортсменов (ПК-9)

Место дисциплины в образовательной программе

Предшествующие дисциплины:

Современные проблемы наук о физической культуре и спорте
История и методология науки о физической культуре и спорте
Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков

Структура и ключевые понятия дисциплины

Разделы:

1. Профилактика применения допинга среди спортсменов. Понятие допинга. Запрещенные вещества. Запрещенные методики. Группы веществ, имеющие ограничения в использовании в спорте. Международные стандарты из списка запрещенных средств и методов.

2. Антидопинговая политика и ее реализация. Документы, регламентирующие борьбу с допингом в спорте. Антидопинговые организации и антидопинговые правила. Принципы организации допинг-контроля во время соревнований.

3. Общие основы фармакологического обеспечения в спорте. Основы управления работоспособностью спортсмена. Характеристика фармакологических препаратов и средств, применяемых в спортивной практике. Фармакологическое обеспечение подготовки спортсмена к соревнованиям.

Организация учебных занятий по дисциплине

Теоретический материал дисциплины состоит из 3 разделов, каждый раздел завершается проведением мероприятий текущего контроля, написанием реферата.

АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ
**Б1.В.ДВ.02.01 МОРФОМЕТРИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКА СПОРТСМЕНОВ
РАЗЛИЧНЫХ СПЕЦИАЛИЗАЦИЙ**

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое
сопровождение физической культуры и спорта**

Кафедра теории и методики физического воспитания

**Доцент, к.б.н. Нененко Наталья Дмитриевна
e-mail: n_nenenko@ugrasu.ru**

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения	
	Объем занятий, час	
	всего	1 семестр
Лекции	4	4
Практические (семинарские) занятия	8	8
Лабораторные работы	14	14
Самостоятельная работа	82	82
Домашние задания		
Контрольная работа		
Итого:	108	108
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация)	зачет	зачет

Коды формируемых компетенций: ПК-6

Цель – планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины «Морфометрические характеристики спортсменов разных специализаций» является формирование фундаментальных знаний о морфологических проявлениях адаптации организма к действию физических нагрузок в соответствии со спортивной специализацией, а также овладение практическими навыками антропометрического обследования спортсменов.

Студент должен знать:

- основы спортивного отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта

Студент должен уметь:

- определять расстановку соответствующих приоритетов в подготовке спортсменов

Студент должен владеть:

- навыками оценки эффективности учебно-тренировочного процесса с учетом индивидуальных особенностей спортсменов

Место дисциплины в образовательной программе

Является основой для дисциплин:

Современные психофизиологические методы исследования в спорте
Возрастные, половые и индивидуальные особенности адаптации к мышечной деятельности

Физиология мышечной деятельности

Структура и ключевые понятия дисциплины

Разделы:

1. Морфологические основы двигательной активности. Закономерности адаптации к физическим нагрузкам. Понятие о реактивности. Воздействие на организм физиологических и чрезвычайных раздражителей. Раздражители в физической культуре и спорте. Изменение морфологических структур в ответ на тренировочные воздействия.

2. Методы исследования в спортивной морфологии. Общие положения и основные принципы антропометрии. Соматометрические методы исследования спортсменов. Определение состава тела спортсмена. Современные методики оценки соматических типов в спорте.

3. Медико-биологические аспекты спортивного отбора. Физиолого-генетический подход к вопросам спортивного отбора. Генетическая детерминированность основных морфологических показателей. Генетическая детерминированность основных двигательных качеств. Генетическая детерминированность психофизиологических характеристик.

Организация учебных занятий по дисциплине

Теоретический материал дисциплины состоит из 3 разделов, каждый раздел завершается проведением мероприятий текущего контроля, написанием реферата.

АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ

Б1.В.ДВ.02.02 ИНКЛЮЗИВНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое сопровождение физической культуры и спорта

Кафедра педагогики и психологии

Доцент, к.пс.н. Булатова Ольга Владимировна,
e-mail: O.Bulatova@ugrasu.ru.

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения Объем занятий, час	
	всего	1 семестр
Лекции	4	4
Практические (семинарские) занятия	8	8
Лабораторные работы	14	14
Самостоятельная работа	82	82
Домашние задания		
Контрольная работа		
Итого:	108	108
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация)	зачет	зачет

Коды формируемых компетенций: ОК-3.

Цель - планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины является подготовка будущих бакалавров к организации инклюзивного образования детей-инвалидов, детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях.

Студент должен знать:

- основные современные концепции физического и нравственного самосовершенствования человека;
- современные российские и зарубежные педагогические теории, тенденции их развития; понятие качества образовательной деятельности, его составляющих.

Студент должен уметь:

- самостоятельно определять уровень интеллектуального и общекультурного развития;
- применять на практике передовой педагогический опыт; осуществлять мониторинг качества образовательной деятельности.

Студент должен владеть:

- методиками интеллектуального и физического саморазвития, самореализации и использования творческого потенциала;
- современными педагогическими методами обучения и воспитания; новейшими педагогическими технологиями.

Место дисциплины в образовательной программе

Предшествующие дисциплины

1. Управление проектами в сфере физической культуры и спорта.

Является основой для дисциплин:

1. Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков.
2. Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности.
3. Преддипломная практика.

Структура и ключевые понятия дисциплины:

1. Раздел 1. Актуальные изменения в системе образования: нормативные основания и практическая реализация: история развития инклюзивного образования детей с ограниченными возможностями здоровья. Нормативно-правовая база получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми инвалидами в образовательных организациях

2. Раздел 2. Теоретико-методологические основы инклюзивного образования: создание специальных условий получения образования для с ограниченными возможностями здоровья. Модели и технологии психолого-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья в условиях инклюзивного образования (с нарушениями слуха, зрения, интеллекта, опорно-двигательного аппарата, речи, расстройствами аутистического спектра). Реализация адаптированной образовательной программы и индивидуального учебного плана учащегося с ОВЗ в образовательной организации с учетом рекомендаций.

Организация учебных занятий по дисциплине.

Дисциплина построена по модульному принципу (2 модуля), каждый модуль завершается промежуточным контролем и выполнением домашнего задания.

АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ
**Б1.В.ДВ.03.01 ЗАКОНОМЕРНОСТИ АДАПТАЦИИ К МЫШЕЧНЫМ
НАГРУЗКАМ В РАЗЛИЧНЫХ КЛИМАТОГЕОГРАФИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ**

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое
сопровождение физической культуры и спорта**

Кафедра теории и методики физического воспитания

**Доцент, к.б.н. Нененко Наталья Дмитриевна
e-mail: n_nenenko@ugrasu.ru**

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения Объем занятий, час	
	всего	4 семестр
Лекции	6	6
Практические (семинарские) занятия	10	10
Лабораторные работы	12	12
Самостоятельная работа	80	80
Домашние задания		
Контрольная работа		
Итого:	108	108
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация)	зачет	зачет

Коды формируемых компетенций: ПК-8.

Цель – планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины «Закономерности адаптации к мышечным нагрузкам в различных климатогеографических условиях» является приобретение системных знаний об особенностях адаптации организма спортсменов в различных климатогеографических и погодных условиях и формирование готовности их использования для рационального планирования и коррекции тренировочных и соревновательных нагрузок.

Студент должен знать:

- структуру годичных и многолетних циклов подготовки спортсменов.

Студент должен уметь:

- подбирать адекватные методы и технологии для решения задач по видам подготовки спортсменов различной квалификации.

Студент должен владеть:

- навыками планирования, управления и контроля тренировочного процесса спортсменов различной квалификации в избранном виде спорта.

Место дисциплины в образовательной программе

Предшествующие дисциплины:

Современные проблемы наук о физической культуре и спорте

Структура и ключевые понятия дисциплины

Разделы:

1. Хронобиология в спорте. Основные понятия в хронобиологии. Классификация и характеристика биологических ритмов. Физиологические механизмы ритмогенеза. Возможности биоритмологической адаптации человека. Хронотип спортсмена и его значение для индивидуализации тренировочного процесса. Десинхронизация биологических ритмов. Смена поясного времени и ее влияние на организм спортсмена.

2. Закономерности адаптации организма в мышечным нагрузкам в различных климатогеографических условиях. Характеристика биоклиматических факторов высоких широт. Адаптивные реакции организма спортсмена к экстремальным условиям высоких широт. Влияние низкой температуры на спортивную работоспособность. Характеристика биоклиматических факторов. Адаптивные реакции организма человека к жаркой среде обитания. Предупреждении тепловых поражений организма. Влияние высокой температуры на спортивную работоспособность. Характеристика биоклиматических факторов гор. Стадии адаптации в условиях среднегорья. Основные физиологические сдвиги, обеспечивающие адаптацию к горному климату. Спортивная работоспособность в условиях высокогорной гипоксии.

Организация учебных занятий по дисциплине

Теоретический материал дисциплины состоит из 2 разделов, каждый раздел завершается проведением мероприятий текущего контроля, написанием реферата.

АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ
Б1.В.ДВ.03.02 БИОРИТМОЛОГИЯ В СПОРТЕ

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое
сопровождение физической культуры и спорта**

Кафедра теории и методики физического воспитания

**Доцент, к.б.н. Нененко Наталья Дмитриевна
e-mail: n_nenenko@ugrasu.ru**

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения Объем занятий, час	
	всего	4 семестр
Лекции	6	6
Практические (семинарские) занятия	10	10
Лабораторные работы	12	12
Самостоятельная работа	80	80
Домашние задания		
Контрольная работа		
Итого:	108	108
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация)	зачет	зачет

Коды формируемых компетенций: ПК-8.

Цель – планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины «Биоритмология в спорте» является приобретение системных знаний о биологических ритмах и их влиянии на работоспособность спортсменов и формирование готовности их использования для рационального планирования и коррекции тренировочных и соревновательных нагрузок.

Студент должен знать:

- структуру годичных и многолетних циклов подготовки спортсменов.

Студент должен уметь:

- подбирать адекватные методы и технологии для решения задач по видам подготовки спортсменов различной квалификации.

Студент должен владеть:

- навыками планирования, управления и контроля тренировочного процесса спортсменов различной квалификации в избранном виде спорта.

Место дисциплины в образовательной программе

Предшествующие дисциплины:

Современные проблемы наук о физической культуре и спорте

Структура и ключевые понятия дисциплины

Разделы:

1. Биоритмология в спорте. Основные понятия в хронобиологии. Классификация и характеристика биологических ритмов. Физиологические механизмы ритмогенеза. Возможности биоритмологической адаптации человека. Оптимальные часы работоспособности спортсмена. Хронотип спортсмена и его значение для индивидуализации тренировочного процесса. Десинхронизация биологических ритмов. Смена поясного времени и ее влияние на организм спортсмена.

2. Технологии планирования в спорте. Технологии планирования в спорте. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах. Планирование тренировочно-соревновательного процесса в годичном цикле. Оперативное планирование.

Организация учебных занятий по дисциплине

Теоретический материал дисциплины состоит из 2 разделов, каждый раздел завершается проведением мероприятий текущего контроля, написанием реферата.

АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ
Б1.В.ДВ.04.01 СПЕЦИФИКА АДАПТАЦИИ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВИДА СПОРТА И НАПРАВЛЕННОСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое
сопровождение физической культуры и спорта**

Кафедра теории и методики физического воспитания

Доцент, д.б.н. Грязных А.В.,

e-mail: anvit-2004@mail.ru.

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения	
	Объём занятий, час	
	всего	4 семестр
Лекции	4	4
Практические (семинарские) занятия	8	8
Лабораторные работы	12	12
Самостоятельная работа	84	84
Домашние задания		
Курсовой (ая) проект/работа		
Итого:	144	144
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация)	Экзамен (36)	Экзамен (36)

Коды формируемых компетенций ПК-8; ПК-11.

Цель - планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины является углубление знаний о механизмах адаптации человека к различным видам мышечной деятельности, отличающихся по объему, направленности и интенсивности.

Студент должен знать:

- основы построения тренировочных программ (ПК-8)
- способы, принципы и технологии управления физическим и психическим состоянием (ПК-11)

Студент должен уметь:

- составлять планы тренировочного процесса (макро-, мезо, микроциклов) (ПК-8)
- критически оценивать и контролировать свое физическое и психическое состояние (ПК-11)

Студент должен владеть:

- навыками планирования, управления и контроля тренировочного процесса

спортсменов различной квалификации в избранном виде спорта (ПК-8)
– способами повышения продуктивности тренерского труда (ПК-11)

Место дисциплины в образовательной программе

Предшествующие дисциплины:

Современные проблемы наук о физической культуре и спорте

Физкультурно-оздоровительные технологии

Проблемы перетренированности и реадaptации

Структура и ключевые понятия дисциплины:

Особенности и специфика спортивной тренировки как адаптационного процесса.

Спортивная тренировка как адаптационный процесс. Биологические принципы тренировки. Периодизация спортивной тренировки. Специфические особенности тренировочного процесса при различных видах мышечной деятельности, отличающихся по объему, направленности и интенсивности.

Организация учебных занятий по дисциплине

Содержание дисциплины состоит из 1 раздела, изучение дисциплины завершается проведением мероприятий текущего контроля, промежуточный контроль – экзамен.

АННОТАЦИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ
Б1.В.ДВ.04.02 ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ
ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ

**49.04.01 Физическая культура,
направленность (профиль) Медико-биологическое
сопровождение физической культуры и спорта**

Кафедра теории и методики физического воспитания

Доцент, д.б.н. Грязных А.В.,

e-mail: anvit-2004@mail.ru.

Виды и объем занятий по дисциплине

Виды занятий	Очная форма обучения	
	Объём занятий, час	
	всего	4 семестр
Лекции	4	4
Практические (семинарские) занятия	8	8
Лабораторные работы	12	12
Самостоятельная работа	84	84
Домашние задания		
Курсовой (ая) проект/работа		
Итого:	144	144
Итоговый контроль по дисциплине (промежуточная аттестация):	Экзамен (36)	Экзамен (36)

Коды формируемых компетенций ПК-8; ПК-11.

Цель - планируемые результаты изучения дисциплины:

Целью освоения дисциплины является углубление знаний о механизмах адаптации человека к различным видам мышечной деятельности, отличающихся по объему, направленности и интенсивности.

Студент должен знать:

- основы построения тренировочных программ (ПК-8)
- способы, принципы и технологии управления физическим и психическим состоянием (ПК-11)

Студент должен уметь:

- составлять планы тренировочного процесса (макро-, мезо, микроциклов) (ПК-8)
- критически оценивать и контролировать свое физическое и психическое состояние (ПК-11)

Студент должен владеть:

- навыками планирования, управления и контроля тренировочного процесса спортсменов различной квалификации в избранном виде спорта (ПК-8)
- способами повышения продуктивности тренерского труда (ПК-11)

Место дисциплины в образовательной программе

Предшествующие дисциплины:

Современные проблемы наук о физической культуре и спорте

Физкультурно-оздоровительные технологии

Проблемы перетренированности и реадaptации

Структура и ключевые понятия дисциплины

Физиологические механизмы и закономерности развития и совершенствования двигательных навыков.

Стадии формирования двигательных навыков. Физиологические механизмы совершенствования двигательных навыков. Физиологическая классификация и характеристика физических упражнений. Современная классификация физических упражнений. Физиологическая характеристика спортивных поз и статических нагрузок. Физиологическая характеристика циклических, ациклических и нестандартных движений. Физиологические механизмы и закономерности развития физических качеств. Физиологические основы развития мышечной силы. Физиологические основы развития быстроты. Физиологические основы развития выносливости. Физиологические основы развития ловкости и гибкости. Спортивно-техническая подготовка. Техника физических упражнений, ее критерии. Фазовая структура движений. Спортивно-техническая подготовка. Средства технической подготовки. Ошибки и причины их возникновения при выполнении движений.

Организация учебных занятий по дисциплине

Содержание дисциплины состоит из 1 раздела, изучение дисциплины завершается проведением мероприятий текущего контроля, промежуточный контроль – экзамен.