

## **АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ** **«Возрастные особенности адаптации к физическим нагрузкам»**

### **1. Место дисциплины в структуре ОПОП.**

Дисциплина «Возрастные особенности адаптации к физическим нагрузкам» относится к дисциплинам Блока 1 части, формируемой участниками образовательных отношений, дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.02.02

### **2. Объем дисциплины: 2 зачетные единицы**

**3. Содержание дисциплины:** Понятие адаптации. Роль ОДА в адаптации юных спортсменов к физическим нагрузкам. Адаптация органов пищеварения юных спортсменов к физическим нагрузкам. Адаптация сердечно-сосудистой системы юных спортсменов к физическим нагрузкам. Эндокринная система при адаптации юных спортсменов к физическим нагрузкам. Адаптация органов дыхания юных спортсменов к физическим нагрузкам.

### **4. Планируемые результаты обучения по дисциплине.**

В результате освоения дисциплины у студента должны быть сформированы следующие компетенции:

- способен осуществлять планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса и соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки – ПК – 2.

### **5. Форма контроля: зачет.**

**6. Разработчик:** Кочиева Элина Романовна, доцент кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин