

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «СРЕДСТВА ВОССТАНОВЛЕНИЯ В СПОРТЕ»

1. Место дисциплины в структуре ОПОП.

Дисциплина «Средства восстановления в спорте» является дисциплиной Блока 1, части, формируемой участниками образовательных отношений Б1.В.ДВ.04.01.

2. Объем дисциплины: 3 зачетные единицы.

3. Содержание дисциплины: Понятие о функциональном состоянии и механизмах адаптации организма к физическим нагрузкам. Физиологические технологии и их место в процессе занятий физической культурой и спортом. Биохимические компоненты спортивной работоспособности. Биохимические особенности утомления и восстановления при мышечной работе. Общая характеристика и классификация средств повышения физической работоспособности. Фармакологические и иммунологические средства повышения работоспособности в процессе занятий физической культурой и спортом. Фармакологические и иммунологические средства повышения работоспособности в процессе занятий физической культурой и спортом. Биохимические основы питания и его значение в повышении работоспособности спортсменов. Теоретические и методические основы повышения физической работоспособности физиотерапевтическими средствами в процессе занятий физической культурой и спортом. Вспомогательные гигиенические средства восстановления. Классификация растений, применяемых для восстановления и повышения работоспособности.

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: доцент Гагиева З.А.