

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ ВИТАМИНОЛОГИИ В СПОРТЕ»

1. Место дисциплины в структуре ОПОП.

Дисциплина «Основы витаминологии в спорте» относится к дисциплинам Блока 1, части, формируемой участниками образовательных отношений Б1.В.ДВ.03.02.

2. Объем дисциплины: 2 зачетные единицы.

3. Содержание дисциплины: Введение в витаминологию. Общие сведения о витаминах Классификация витаминов. Витамины и спорт. Характеристика тиамина, рибофлавина, пантотеновой кислоты, применение в спорте. Характеристика пиридоксина, цианкобаламина, пангамовой кислоты, фолиевой кислоты, применение в спорте. Характеристика аскорбиновой кислоты, рутина, никотиновой кислоты, биотина, применение в спорте. Жирорастворимые витамины А, Е, их свойства, применение в спортивной деятельности. Жирорастворимые витамины D, К, их свойства, применение в спортивной деятельности. Витаминоподобные вещества. Синтетические витамины.

4. Планируемые результаты обучения по дисциплине.

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

- способен осуществлять тренировочный процесс занимающихся на этапах спортивной подготовки по виду спорта (группе спортивных дисциплин) с использованием базовых знаний в области смежных дисциплин (ПК-3).

5. Форма контроля: зачет.

6. Разработчик: доцент Гагиева З.А.