

## **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.