

**Приложение к рабочей программе дисциплины
«Физиологические механизмы формирования тренированности»**

**49.03.01 Физическая культура
профиль: «Спортивная тренировка»
АННОТАЦИЯ**

рабочей программы дисциплины

«Физиологические механизмы формирования тренированности»

Дисциплина части, формируемой участниками образовательных отношений

Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / час.)	3/108
Цель изучения дисциплины	Целью дисциплины является формирование системы знаний физиологических механизмов и закономерностей формирования двигательных умений и навыков и развития физических качеств и способности успешной реализации их в профессиональной деятельности.
Содержание дисциплины	Теоретико-методические и методологические основы физиологии спортивной деятельности. Физиологические основы спортивной тренировки в меняющихся социально-экономических, климатических и экологических условиях. Морфофизиологическая системно-структурная основа формирования двигательных навыков. Физиологические основы развития тренированности организма, обеспечивающие адаптацию организма к нагрузкам анаэробного и аэробного характера. Физиологические состояния, возникающие при нагрузках в спорте высших достижений. Функциональные возможности детского организма. Особенности двигательной активности и спортивной тренировки детей и подростков. Учёт физиологических особенностей женского организма в процессе спортивной деятельности. Биологические ритмы и работоспособность человека. Оценка уровня функционального состояния и физической работоспособности по показателям велоэргометрии.
Формируемые компетенции (коды)	УК-7, ПК-1
Коды и наименование индикатора достижения компетенции	УК-7.1 Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни УК-7.2 Использует основы физической культуры и здорового образа жизни для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внешних и внутренних условий реализации конкретной профессиональной деятельности УК-7.3 Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования ПК-1.1 Осуществляет отбор занимающихся и комплектует

	группы групп. ПК -1.2 Планирует и анализирует результаты спортивной подготовки на различных этапах спортивной подготовки. ПК-1.3 Координирует работу специалистов задействованных в подготовке спортсменов.
Дисциплины, участвующие в формировании компетенции	Физическая культура и спорт. Массаж. Биомеханика физических упражнений. Теория и методика оздоровительной тренировки. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий. Педагогика физической культуры и спорта. Акмеология. Основы менеджмента в физической культуре и спорте. Основы экономики и управления в физической культуре и спорте. Ознакомительная практика. Педагогическая практика. Тренерская практика. Профессионально-ориентированная практика. Преддипломная практика.
Образовательные технологии	Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий: лекции, практические занятия, самостоятельная работа, контрольная работа
Форма промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	Зачет с оценкой