

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
**БИОХИМИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ К ФИЗИЧЕСКИМ
НАГРУЗКАМ**

Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования программы магистратуры по направлению подготовки
49.04.01 - «Физическая культура»

Квалификация - магистр

Форма обучения – очная/заочная

1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины «**Биохимические проблемы адаптации к физическим нагрузкам**» составлена в соответствии с учебным планом подготовки *магистров* по направлению **49.04.01 – «Физическая культура»** в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины (модуля) является освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области **физической культуры и спорта** и реализации их в своей профессиональной деятельности.

1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Результат освоения дисциплины определяется способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

Магистр по направлению подготовки **49.04.01 – «Физическая культура»**

должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки:

- постоянно повышать свою профессиональную компетенцию в области выявления научных проблем и способов их решения;
- выявлять и формулировать актуальные проблемы в сфере физической культуры и спорта;
- внедрять инновационные и современные компьютерные технологии в практику научных исследований в области физической культуры и спорта;
- разрабатывать программы научных исследований и методологию их реализации.

1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина относится к **Блоку 1 вариативной части**.

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на II курсе по очной и заочной формам обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: антропология, физиологические проблемы адаптации к физическим нагрузкам.

1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

а) общекультурными

- способностью к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-3)

б) профессиональными

- способностью использовать традиционные и современные научные концепции, подходы и направления исследований в сфере физической культуры и спорта (ПК-25)

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	- способы оценки биохимических показателей организма при спортивной деятельности (ПК-25); - основные линии метаболических процессов, о связи между ними (ОК-3);
--------	--

	<ul style="list-style-type: none"> - механизмы использования кислорода в организме (митохондриальное, перекисное и микросомальное окисление) (ПК-25); - методы использования в аналитических целях различных биосубстратов (ПК-25); - механизмы срочной (экстренной) и долговременной (хронической) адаптации (ПК-25); - функциональное состояние организма на основе биохимических показателей организма при спортивной деятельности (ОК-3); - специфичность функциональной системы адаптации к различным физическим (мышечным) нагрузкам (ПК-25); - методики определения функционального состояния организма на основе биохимических показателей в процессе спортивной деятельности (ПК-25); - о возможности современной легальной фармакологии как средства повышения спортивной работоспособности, увеличения адаптационных возможностей к мышечным нагрузкам (ПК-25); - биохимическую основу адаптационных изменений (ПК-25); - специфичность функциональной системы адаптации к различным физическим (мышечным) нагрузкам (ОК-3).
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"> - выбирать наиболее подходящий биосубстрат (кровь, моча, слюна, конденсат выдыхаемых газов) для последующего анализа (ПК-25); - пользоваться современными спектрофотометрами, флуориметрами, фотометрами и рН-метрами (ПК-25); - проводить расчеты по определению концентрации используемых растворов (ПК-25); - обрабатывать и интерпретировать полученные экспериментальные данные (ПК-25); - оценивать интенсивность протекания восстановительных процессов (ОК-3); - оценивать витаминную обеспеченность организма спортсмена (ОК-3) - формулировать рекомендации по коррекции тренировочного процесса (ПК-25); - выявлять закономерности адаптационных процессов (ОК-3); - правильно получить образцы биологических материалов (ПК-25); - оценивать физическую работоспособность спортсмена, ее прямые и косвенные показатели (ПК-25); - регистрировать биохимические изменения, анализировать показатели, полученные в состоянии покоя, во время работы и в период восстановления (ПК-25); - использовать биохимические методики оценки, диагностики и прогнозирования функционального состояния организма и работоспособности спортсменов на различных этапах деятельности (ПК-25); - применять методы сохранения, повышения и восстановления работоспособности спортсменов (ПК-25); - организовывать проведение обследования спортсменов (ПК-25).
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> - принципами организации эксперимента с использованием биохимических методов оценки специальной и общей работоспособности организма спортсмена, эффективности используемых экзогенных средств (ПК-25); - опытом подбора наиболее подходящих биохимических параметров и соответствующих биохимических методик их определения в зависимости от конкретной задачи исследования (ПК-25); - способами и методами сохранения, восстановления и повышения работоспособности (ПК-25).

1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		1	2	3	4
Аудиторные занятия (всего)	60*			60	
В том числе:					
Лекции	10			10	
Практические занятия (ПЗ)	-		-		
Семинары (С)	50			50	
Лабораторные работы (ЛР)	-			-	
Самостоятельная работа (всего)	156			156	
В том числе:					
Изучение теоретического материала	30			30	
Подготовка к текущим контролям	40			40	
Выполнение контрольных работ	20			20	
Подготовка к тестированию	20			20	
Подготовка к проведению фрагментов занятий	12			12	
Подготовка к сдаче экзамена	34			34	
Вид промежуточной аттестации (экзамен)	экз			экз	
Общая трудоемкость	Часы			216	
	зачетные единицы	6		6	

*Из 60 аудиторных часов 26 – в интерактивной форме

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		1	2	3	4
Аудиторные занятия (всего)	30*				30
В том числе:					
Лекции	6				6
Практические занятия (ПЗ)	-				-
Семинары (С)	24				24
Лабораторные работы (ЛР)	-				-
Самостоятельная работа (всего)	186				186
В том числе:					
Изучение теоретического материала	40				40
Подготовка к текущим контролям	60				60
Выполнение контрольных работ	20				20
Подготовка к тестированию	30				30
Подготовка к проведению фрагментов занятий	22				22
Подготовка к сдаче экзамена	14				14
Вид промежуточной аттестации - экзамен	экз				экз
Общая трудоемкость	Часы				216
	зачетные единицы	6			6

*Из 30 аудиторных часов 8 – в интерактивной форме