

## **АННОТАЦИЯ**

### **рабочей программы по дисциплине ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ И РАБОТОСПОСОБНОСТЬ СПОРТСМЕНОВ В РАЗЛИЧНЫХ СРЕДОВЫХ УСЛОВИЯХ**

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 «функциональное состояние и работоспособность спортсменов в различных средовых условиях» составлена в соответствии с учебным планом подготовки магистров по направлению 49.04.01 «Физическая культура» профилю «Медико-биологическое сопровождение физической культуры и спорта» в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами, и положениями Университета.

Целью освоения дисциплины является формирование системных знаний об особенностях пребывания спортсменов и их работоспособности в различных средовых условиях, необходимых будущему специалисту в области физической культуры для рационального планирования и коррекции тренировочных и соревновательных нагрузок, индивидуализации тренировочного процесса с учетом контроля уровня и особенностей функциональной подготовленности в избранном виде спорта.

#### **1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Результатом освоения дисциплины определяются 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:

- обобщать и внедрять в практическую деятельность передовой отечественный и зарубежный опыт в области подготовки спортсменов различной квалификации;
- анализировать эффективность тренировочного процесса и вносить в него соответствующие коррективы;
- постоянно повышать свою профессиональную компетенцию в области выявления научных проблем и способов их решения;
- разрабатывать программы научных исследований и методологию их реализации.

#### **1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:**

Дисциплина, относится к Блоку 1 дисциплина по выбору. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 курсе 2 семестра очной и 2 курсе 3 семестра заочной форм обучения. Вид промежуточной аттестации: зачет. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: логики, антропологии.

#### 1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

**а) общекультурными (ОК):**

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

**б) общепрофессиональными (ОПК):**

- способностью применять современные и инновационные научно-исследовательские технологии в ходе решения исследовательских задач, в том числе из смежных областей науки (ОПК-5)

**в) профессиональными (ПК):**

- способностью определять приоритеты в процессе подготовки спортсменов при решении профессиональных задач, с учетом их индивидуальных особенностей (ПК-6)

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

- способностью выявлять и анализировать актуальные научные и практические проблемы физкультурно-спортивной деятельности (ПК-27)

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ систему научного знания о функциональном состоянии и работоспособности спортсменов в различных средовых условиях, ОК-3;</li><li>✓ систему научного знания физиологических механизмах приспособления к выполнению интенсивной физической нагрузки в специфических условиях внешней среды; ОПК-5;</li><li>✓ физиологические механизмы формирования адаптационных сдвигов в организме под влиянием различных средовых условий; ПК-6;</li><li>✓ способы оценки физиологических, морфологических и биохимических показателей организма при работе различной мощности и разного характера в различных внешних условиях; ПК-25;</li><li>✓ влияние температуры и влажности воздуха на физическую работоспособность спортсменов; ПК-27;</li><li>✓ особенности физической работоспособности в условиях пониженного атмосферного давления; ПК-27;</li><li>✓ методики оценки проявления физических качеств и навыков, изменений морфофункциональных и метаболических состояний организма при спортивной деятельности в водной среде; ПК-27.</li></ul>
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ оперировать основными теоретическими знаниями о функциональном состоянии и работоспособности спортсменов в различных средовых условиях на основе критического осмысления; ОК-3;</li><li>✓ проводить анализ и представлять интегративную информацию по вопросам оценки функционального состояния и работоспособности спортсменов в различных средовых условиях для принятия управленческих решений по совершенствованию тренировочного процесса; ОПК-5;</li><li>✓ регистрировать физиологические изменения и анализировать показатели, полученные в состоянии покоя в различных средовых условиях, ПК-6;</li><li>✓ регистрировать и анализировать функциональное состояние организма во время работы и в период восстановления, а также сопоставлять их с литературными данными и делать необходимые заключения; ПК-25;</li><li>✓ регистрировать и анализировать изменения функционального состояния спортсмена и его работоспособности в различных температурных условиях внешней среды; ПК-27;</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ использовать изменения функционального состояния спортсмена и его работоспособности в условиях пониженного атмосферного давления для повышения эффективности учебно-тренировочных мероприятий; ПК-27;</li> <li>✓ определять особенности физической работоспособности в водной среде; ПК-27.</li> </ul>
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ актуальными средствами, методами определения приоритетных видов профессиональной деятельности в физкультурном образовании, спорте, двигательной рекреации и туризме и использования их для задач сохранения и укрепления здоровья и повышения качества жизни населения; ОК-3;</li> <li>✓ средствами и методами оптимизации функционального состояния и работоспособности спортсменов; ОПК-5;</li> <li>✓ принципами организации эксперимента с использованием физиологических методов оценки функционального состояния и работоспособности в специфических условиях внешней среды; ПК-6;</li> <li>✓ определением специальной и общей работоспособности организма спортсмена в различных средовых условиях; ПК-25;</li> <li>✓ методиками диагностики функционального состояния организма в условиях пониженного атмосферного давления; ПК-27;</li> <li>✓ методиками оценки функционального состояния организма и его работоспособности в условиях пониженных и повышенных температур; ПК-27;</li> <li>✓ методиками оценки функционального состояния организма и работоспособности спортсменов в условиях водной среды; ПК-27.</li> </ul>

### 1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ:

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц, 108 часов.

#### *очная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		I	II	III	IV
Аудиторные занятия (всего)	28*	-	28	-	-
В том числе:	-	-	-	-	-
Лекции	4	-	4	-	-
Семинары (С)	24	-	24	-	-
Самостоятельная работа (всего)	80	-	80	-	-
В том числе:					
Физиологическое обследование	50	-	50	-	-
<i>Другие виды самостоятельной работы:</i>					
<i>Подготовка к сдаче зачета</i>	10	-	10	-	-
<i>Написание конспектов</i>	10	-	10		
<i>Подготовка к текущему контролю</i>	10	-	10		
Вид промежуточной аттестации (зачет)		-		-	-
Общая трудоемкость часы	108	-	108	-	-
зачетные единицы	3	-	3	-	-

Примечание: \* из них 12 часов интерактивные занятия.

*заочная форма обучения*

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		I	II	III	IV
Аудиторные занятия (всего)	18*	-	-	18	-
В том числе:	-	-	-	-	-
Лекции	4	-	-	4	-
Семинары (С)	14	-	-	14	-
Самостоятельная работа (всего)	90	-	-	90	-
В том числе:					
Контрольная работа	10	-	-	10	-
Физиологическое обследование	40	-	-	40	-
<i>Другие виды самостоятельной работы:</i>					
Подготовка к сдаче зачета	10	-	-	10	-
Написание конспектов	20	-		20	
Подготовка к текущему контролю	10	-		10	
Вид промежуточной аттестации (зачет)		-	-	-	-
Общая трудоемкость	108	-	-	108	-
зачетные единицы	3	-	-	3	-

Примечание: \* из них 8 часов интерактивные занятия.