

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
«Диетология в спорте»
основной профессиональной образовательной программы
по направлению подготовки высшего образования
49.04.01 «Физическая культура»

Профиль подготовки:

Физкультурно-оздоровительная работа

Квалификация – магистр

Форма обучения – очная, заочная

1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

1.1. ЦЕЛЬ ДИСЦИПЛИНЫ:

Рабочая программа учебной дисциплины **Б.1.ДВ.01.02 «Диетология в спорте»** 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 является освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области ФКиС и реализация их в своей профессиональной деятельности.

1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Результаты 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:

научно-исследовательская деятельность:

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;

тренерская деятельность:

постоянно повышать свою тренерскую квалификацию;

разрабатывать и внедрять тренировочные программы для спортсменов разного уровня квалификации;

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;

рекреационная деятельность:

постоянно повышать свою профессиональную квалификацию;

обобщать и внедрять в практическую деятельность передовой отечественный и зарубежный опыт в области оздоровительных технологий;

разрабатывать индивидуальные рекреационные программы для различного контингента занимающихся;

анализировать эффективность рекреационных программ и вносить в них соответствующие коррективы;

культурно-просветительская деятельность:

постоянно повышать свою профессиональную компетенцию в области планирования и осуществления культурно-просветительской деятельности;

разрабатывать целевые кампании по пропаганде физической культуры и спорта.

Исходя из задач программы подготовки и формируемых компетенций дисциплина «Диетология в спорте» решает следующие задачи:

- сформировать у студента систему научно-практических знаний, умений и компетенций в области диетологии спорта и способствовать их реализации в профессиональной деятельности;
- научить студента проводить научные исследования эффективности нутриционной поддержки в сфере физической культуры и ее основных видов с использованием современных методов исследования;
- дать студенту знания о макро- и микронутриентах, процессах переваривания пищевых веществ и их роли в поддержании здоровья и развитии адаптации к физическим нагрузкам;
- сформировать у студента необходимые представления об особенностях питания в различных видах спорта, применении специализированных продуктов спортивного питания и уметь их использовать для рационального построения тренировочных занятий и ускорения сроков восстановления организма;
- содействовать реализации задач развивающего обучения, обеспечивающего полноценное усвоение знаний, формирование учебной деятельности, непосредственно влияющих на умственное и физическое развитие человека;
- научить студентов осуществлять научный анализ, обобщение, оформление и презентацию результатов научных исследований.

1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе в 3 семестре по очной форме обучения, на 2 курсе в 3 семестре по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*. Курс «Диетология в спорте» относится к Блоку 1 дисциплинам по выбору, является важной составной частью медико-биологического цикла в рамках профиля «Физкультурно-оздоровительная работа» при подготовке магистров в данной области физической культуры. Для освоения курса «Диетология в спорте» необходимы знания естественнонаучных основ физической культуры и биохимии, анатомии, физиологии. Данный курс является основой для изучения таких дисциплин как «ТМ спорта высших достижений», «Роль питания в ФОД», «Технологии формирования здорового образа жизни».

1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- а) общекультурной ОК-3* (обладает способностью к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала).
- б) общепрофессиональной ОПК-5* (обладает способностью применять современные и инновационные научно-исследовательские технологии в ходе решения исследовательских задач, в том числе из смежных областей науки).
- в) профессиональной ПК-25* (обладает способностью использовать традиционные и современные научные концепции, подходы и направления исследований в сфере физической культуры и спорта).

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент должен:

1. Знать:

- основные положения теории рационального и адекватного питания (ОПК-5);
- особенности обмена основных классов пищевых веществ, их пищевую и биологическую ценность (ПК-25);
- современные представления о здоровом и функциональном питании (ОК-3);

- основные принципы организации питания спортсменов;
- потребности спортсменов в основных пищевых веществах и микронутриентах (ПК-25);
- роль продуктов спортивного питания в спорте (ПК-25)

2. Уметь:

- рассчитывать потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (ОПК-5);
- рассчитать аминокислотный скор и оценить его биологическую ценность (ОПК-5);
- оценить нарушения обмена веществ по биохимическим показателям (ОПК -5);
- оценить пищевой статус спортсмена по данным биохимических и антропометрических анализов (ПК-19);
- применять БАД и ППБЦ в спортивной практике в зависимости от поставленных задач (ОПК - 5).

3. Владеть:

- навыками использования экспресс-диагностики (ОК-3);
- навыками оценки результатов биохимического исследования пищевого статуса организма (ПК- 25);
- методами проведения научных исследований в сфере профессиональной деятельности (ОК-3);
- современными подходами к коррекции питания на основе генетических особенностей организма (ОПК- 5);
- информацией о современном состоянии рынка продуктов спортивного питания и требованиях к безопасности и эффективности БАД (ОПК-5).

1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

очная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		1	2	3	4
Аудиторные занятия (всего)	24			24	
В том числе:					
Лекции	4			4	
Практические занятия (ПЗ)	-			-	
Семинары (С)	20			20	
Лабораторные работы (ЛР)	-			-	
Самостоятельная работа (всего)	84			84	
В том числе:					
Подготовка к семинарским занятиям	42			42	
Подготовка реферата	10			10	
Подготовка к промежуточной аттестации и аттестация	32			32	
Вид промежуточной аттестации - зачет					
Общая трудоемкость	часы	108		108	
	зачетные единицы	3		3	

заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего часов	семестры			
		1	2	3	4
Аудиторные занятия (всего)	18			18	
В том числе:					
Лекции	4			4	
Практические занятия (ПЗ)	-			-	
Семинары (С)	14			14	
Лабораторные работы (ЛР)	-			-	
Самостоятельная работа (всего)	90			90	
В том числе:					
Подготовка к семинарским занятиям	38			38	
Подготовка контрольной работы	20			20	

Подготовка к промежуточной аттестации и аттестация	32			32	
Вид промежуточной аттестации - зачет					
Общая трудоемкость	часы	108		108	
	зачетные единицы	3		3	