

АННОТАЦИЯ
рабочей программы по дисциплине
«Роль питания в ФОД»
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 «Роль питания в ФОД» 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 дисциплины (модуля) является освоение студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенций в области физкультурно-оздоровительной деятельности 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 программе подготовки 49.04.01 «Физическая культура» должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и профилем подготовки:

Тренерская деятельность:

- постоянно повышать свою тренерскую квалификацию;
- разрабатывать и внедрять тренировочные программы для спортсменов разного уровня квалификации;
- анализировать эффективность тренировочного процесса и вносить в него соответствующие коррективы.

1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина относится к Блоку 1 вариативной части (дисциплины по выбору). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе (3 семестр) по очной форме обучения, на 2 курсе (3 семестр) по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *зачет*.

Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам: история и методология науки; информационные технологии в науке и спорте; профессионализм в сфере физической культуры; философия спорта; психолого-педагогические аспекты мастерства преподавания в высшей школе; современные проблемы наук о ФКиС; современное состояние фитнес-индустрии; ФОТ в различные возрастные периоды.

1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

1.4.1. В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

а) профессиональные (ПК):

ПК-11 - способность управлять своим физическим и психическим состояниями в целях повышения результативности тренерской деятельности.

1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

Знать:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ факторы (компоненты) здорового образа жизни; принципы здоровой жизненной и профессиональной философии (ПК-11); ✓ содержание и методику образовательных технологий, использующих новейшие достижения в области педагогической деятельности (ПК-11); ✓ уровень своих способностей и психофизических возможностей (ПК-11); ✓ основные теории, методы и технологии в области пропаганды физической культуры и спорта (ПК-11)
Уметь:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ применять принципы здоровой жизненной и профессиональной философии (ПК-11); ✓ поддерживать мотивацию самосовершенствования, в том числе в профессиональной среде (ПК-11); ✓ проводить сравнительный анализ передового отечественного и зарубежного опыта по использованию новейших достижений педагогики физкультурного образования (ПК-11); ✓ оценивать свои способности и психофизические возможности, обеспечивающие успешность овладения профессиональными умениями (ПК-11); ✓ контролировать процесс развития своих психофизических возможностей и в случае расхождения между достигнутым и запланированным уровнем подготовленности вносить необходимые коррективы в планы занятий (ПК-11); ✓ интерпретировать новейшие теории в области пропаганды физической культуры и спорта (ПК-11); ✓ определять адекватные методы и технологии для пропаганды физической культуры и спорта (ПК-11)
Владеть:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ методами и приемами развития собственного здоровья на уровне индивида, субъекта, личности и индивидуальности (ПК-11); ✓ приемами поддержания мотивации здорового образа жизни (ПК-11); ✓ опытом публичного выступления с докладом и защиты избранных взглядов по вопросам эффективности применения новейших педагогических технологий в научной дискуссии (ПК-11); ✓ опытом формирования готовности к достижению должного уровня развития физических и психических возможностей, необходимого для освоения профессиональных умений в процессе обучения в вузе и для обеспечения социальной и профессионально-педагогической деятельности после окончания учебного заведения (ПК-11); ✓ методами и технологиями в области пропаганды физической культуры и спорта (ПК-11); ✓ новейшими теориями, концепциями и интерпретациями системы понятийных категорий (ПК-11)

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*	
Самостоятельная работа (всего)	84			84	
В том числе:	-	-	-	-	-
Подготовка к аудиторным занятиям	10			10	

Подготовка к ролевой игре (по диетам)	2		2	
Подготовка теоретических сообщений (докладов) № 3	10		10	
Подготовка реферата	5		5	
Ведение дневника питания 5-7 дней	7		7	
Оформление отчета по расчетным практическим работам (№2)	4		4	
Ознакомление с компьютерной программой по организации питания спортсменов	3		3	
Разработка программы питания для конкретной целевой группы в ФОД	5		5	
Разработка конспекта фрагмента лекции по теме дисциплины	5		5	
Подготовка к аудиторной контрольной работе (тестированию)	4		4	
Разработка (и презентация) агитационной карты	5		5	
Знакомство с исследованиями, проводимыми на кафедре биохимии и в НИИФК НГУ им. П.Ф. Лесгафта по проблеме применения ППБЦ и БАДов в спорте и в ФОД	4		4	
Посещение тематических выставок фитнес-индустрии и спортивного питания	6		6	
Посещение научно-практических конференций, защит кандидатских диссертаций и круглых столов по научным проблемам питания в ФОД; встреч с ведущими специалистами по проблемам питания в ФОД	6		6	
Изучение специальной литературы и Интернет-ресурсов по вопросу контроля качества питания в России и за рубежом	3		3	
<i>Другие виды самостоятельной работы:</i>				
Подготовка к ЗАЧЕТУ	5		5	
Вид промежуточной аттестации	зач		зач	
Общая трудоемкость часы	108		108	
зачетные единицы	3		3	

Прим.: * - интерактивные занятия (26 часов)

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	
Самостоятельная работа (всего)	90			90	
В том числе:	-	-	-	-	-
Подготовка к аудиторным занятиям	4			4	
Подготовка теоретического сообщения (доклада)-текущий контроль 1	8			8	
Ведение дневника питания 5-7 дней	12			12	
Оформление отчетов по расчетным практическим работам (№2) – текущие контроли 2,3	6			6	
Разработка программы питания для конкретной целевой группы в ФОД – текущий контроль 4	10			10	

Подготовка к тестированию – <i>текущий контроль</i> 5	4			4	
Подготовка к ролевой игре (по диетам)	4			4	
Знакомство с исследованиями, проводимыми на кафедре биохимии и в НИИФК НГУ им. П.Ф. Лесгафта по проблеме применения ППБЦ и БАДов в спорте и в ФОД	12			12	
Ознакомление с компьютерной программой по организации питания спортсменов	5			5	
Посещение тематических выставок фитнес-индустрии и спортивного питания	8			8	
Посещение научно-практических конференций, защит кандидатских диссертаций и круглых столов по научным проблемам питания в ФОД; встреч с ведущими специалистами по проблемам питания в ФОД	6			6	
Изучение Интернет-ресурсов и специальной литературы по актуальным направлениям научной проблематики дисциплины	6			6	
Подготовка к зачету	5			5	
Вид промежуточной аттестации	зач			зач	
Общая трудоемкость часы	108			108	
	зачетные единицы	3		3	

Прим.: * - интерактивные занятия (14 часов)