

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.ДВ.18 БИОХИМИЯ СПОРТА

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.ДВ.18 Биохимия спорта является частью профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования по программе подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования.

Цели и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания, необходимые для формирования общих (ОК) и профессиональных (ПК) компетенций.

Таблица 1 – Общие компетенции

Код и наименование общей компетенции	Умения	Знания
<p>ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам</p> <p>ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности</p> <p>ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</p> <p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>У₁ – оценивать биохимические показатели организма человека;</p> <p>У₂ – использовать знания биохимии спорта для определения объема нагрузок на занятиях физической культурой и спортом;</p> <p>У₃ – подбирать наиболее эффективные средства и методы тренировки;</p> <p>У₄ – определять биохимические особенности работоспособности в разных видах спорта;</p> <p>У₅ – решать вопросы рационального питания лиц, занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p>У₆ – подбирать фармакологические средства и обосновывать их применение при занятиях спортом;</p>	<p>З₁ – химический состав организма человека, его биогенную роль;</p> <p>З₂ – химический состав мышечной ткани и механизм мышечного сокращения;</p> <p>З₃ – энергетические источники и процессы при мышечной работе различной интенсивности;</p> <p>З₄ – биохимические показатели жизнедеятельности организма и их изменения при мышечной работе;</p> <p>З₅ – биохимические закономерности утомления и восстановления после мышечной работы;</p> <p>З₆ – биохимические закономерности адаптации к мышечной работе;</p> <p>З₇ – биохимические принципы спортивной тренировки;</p> <p>З₈ – биохимические основы работоспособности;</p> <p>З₉ – биохимические основы развития двигательных качеств;</p> <p>З₁₀ – биохимические показатели тренированности</p>

		организма при занятиях различными видами спорта; З ₁₁ – запрещенные в спорте вещества и методы, ответственность за их применение
--	--	--