

**Аннотация рабочей программы дисциплины
«Хронобиология в спортивной и экстремальной деятельности»**

Цель дисциплины	<p>Выявить особенности циклических феноменов, протекающих у человека на различных этапах онтогенеза во времени, их адаптацию к солнечным и лунным ритмам, влияние на умственную и физическую работоспособность для учета в сфере физической культуры и спорта.</p> <p>Воспитательной целью дисциплины является: формирование чувства ответственности за предоставляемую информацию, качественный и количественный анализ, интерпретацию полученных данных.</p>
Формируемые компетенции	ПК-3
Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методики медико-биологического тестирования, психодиагностики и психокоррекции спортсмена; - методику применения оздоровительных и восстановительных методик спортивной подготовки спортсменов. <p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> - пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи в подготовке спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды; - современные технологии выявления факторов, лимитирующие выполнение плановых тренировочных нагрузок по индивидуальным программам спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды. <p>Имеет опыт:</p> <ul style="list-style-type: none"> - разработки предложений по внедрению новых методов и направлений медико-биологического и функционального обеспечения; - разработки и внедрения сводных перспективных, текущих и индивидуальных планов медико-биологического и функционального обеспечения подготовки спортсмена, группы спортсменов, спортивной команды.
Содержание дисциплины	<ol style="list-style-type: none"> 1. Колебательные ритмические процессы – фундаментальное свойство всех природных процессов. 2. Ритмическая структура среды обитания. 3. Сезонные ритмы. 4. Регуляторы циркадианных биологических ритмов.
Формы промежуточной аттестации	2 семестр – экзамен