

**Аннотация рабочей программы дисциплины
Б1.В.9 Спортивная биохимия**

| | |
|---|---|
| Цель изучения дисциплины | Формирование у бакалавров знаний, необходимых для научного обоснования организации и построения тренировочного процесса и занятий физической культурой, осуществления медико-биологического контроля, а также создание необходимую основу для дальнейшего изучения дисциплин медико-биологического цикла. |
| Место дисциплины в учебном плане | Б1.В.9 |
| Формируемые компетенции | ОПК-1, ОПК-5, ОПК-11, ПК-5 |
| Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины | <p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен:</p> <p>Знать: особенности биохимических процессов в организме в покое и физической нагрузке; особенности биохимических процессов в организме при работе различной интенсивности и продолжительности; особенности биохимических процессов в организме в период отдыха.</p> <p>Уметь: использовать полученные знания для подбора наиболее эффективных средств и методов рационализации тренировочного процесса; использовать полученные знания для правильного подбора и использования средств, ускоряющих восстановление после мышечной работы.</p> <p>Владеть: химической и биохимической терминологией; основными методами и рациональными приемами сбора, обработки и представления научной информации.</p> |
| Содержание дисциплины | <p>Тема 1. Биохимия мышц и мышечного сокращения. Типы мышечных волокон.</p> <p>Тема 2. Биоэнергетические процессы при мышечной деятельности.</p> <p>Тема 3. Биохимические изменения в организме при работе.</p> <p>Тема 4. Биохимические изменения в организме при утомлении</p> <p>Тема 5. Биохимические изменения в период мышечной работы и во время восстановления.</p> <p>Тема 6. Биохимические основы скоростно-силовых качеств и выносливости спортсмена.</p> <p>Тема 7. Адаптация к мышечной работе.</p> |
| Формы промежуточной аттестации | Экзамен. |