

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
«СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ МОНИТОРИНГ»**

<b>Цель изучения дисциплины</b>	Целями освоения дисциплины «Спортивно-оздоровительный мониторинг» являются: формирование теоретических и практических знаний по проведению спортивно-оздоровительного мониторинга при выполнении физических упражнений разного вида, мощности и продолжительности у людей разного возраста и гендерных групп.
<b>Формируемые компетенции</b>	ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.
<b>Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины</b>	В результате изучения дисциплины слушатель должен: <b>знать:</b> – основные принципы организации спортивно-оздоровительного мониторинга; – основные методы проведения спортивно-оздоровительного мониторинга; – нормативные величины показателей здоровья; – основные принципы организации спортивно-оздоровительного мониторинга у лиц разного пола, возраста и состояния здоровья; <b>уметь:</b> – измерять основные морфофункциональные параметры состояния здоровья в покое и в различных состояниях организма; – анализировать полученную информацию и делать выводы о состоянии здоровья; – прогнозировать динамику изменения состояния здоровья. <b>иметь практический опыт (владеть):</b> – методами контроля и самоконтроля для оценки состояния здоровья при занятии физической культуры; – навыками контроля за состоянием различных функциональных систем организма в зависимости вида физической культуры, возраста и состояния здоровья; – навыками анализа состояния здоровья при занятии физической культурой.
<b>Содержание дисциплины</b>	Раздел 1 Понятие о спортивно-оздоровительном мониторинге: организация, цели, задачи, методы Субъективные и объективные методы исследования состояния здоровья: анкетирование физической активности и состояния здоровья, комплексные методы исследования состояния здоровья Раздел 2 Мониторинг психического состояния здоровья 2.1 Влияние на психическое здоровье различных видов спорта и физических упражнений Методы исследования психоэмоционального состояния: тест САН, тест на астенизацию нервной системы, оценка эмоциональных состояний, исследование памяти и внимания, исследование возбудимости и подвижности нервных процессов Раздел 3 Мониторинг соматического состояния здоровья 3.1 Влияние различных видов спорта и физической культуры на сердечнососудистую и дыхательную системы Методы исследования и оценки состояния сердечнососудистой системы и дыхательной системы

	3.2 Влияние видов спорта и физической культуры дыхательную системы Методы исследования и оценки состояния дыхательной системы
<b>Формы промежуточной аттестации</b>	зачет