

**Аннотация рабочей программы дисциплины
«ТЕОРИЯ АДАПТАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ХОККЕИСТОВ
К НАГРУЗКЕ»**

Цель изучения дисциплины	Целью освоения дисциплины «Теория адаптации профессиональных хоккеистов к нагрузке» являются ознакомление с основами концепции адаптации спортсменов к различным нагрузкам.
Формируемые компетенции	ОПК-1, ОПК-5, ОПК-13
Знания, умения и навыки, получаемые в результате освоения дисциплины	В результате освоения дисциплины слушатель должен: знать: – основные понятия теории адаптации; – основные механизмы корректировки состояния спортсменов; – основы адаптационных процессов спортсменов; – алгоритм оценки адаптивных и дезадаптивных изменений спортсменов; уметь: – оценивать и корректировать адаптивные и дезадаптивные изменения спортсменов; владеть: – методами корректировки состояния спортсменов
Содержание дисциплины	1 Теория адаптации 1.1 Понятие адаптация. Адаптация различных систем организма хоккеистов к нагрузке 2. Дезадаптация спортсменов 2.1 Понятие дезадаптация. Проявление дезадаптации к физическим нагрузкам 3. Механизмы коррекции адаптивных и дезадаптивных изменений спортсменов 3.1 Оценка адаптивных и дезадаптивных изменений спортсменов 3.2 Коррекция адаптивных и дезадаптивных изменений спортсменов
Формы промежуточной аттестации	Зачет