

НУТРИЦІОЛОГІЯ В ОЛІМПІЙСЬКОМУ СПОРТІ

Шифр навчальної дисципліни	ВД.ФКС60
Загальна кількість кредитів	4
Короткий опис змісту дисципліни	<p>Дисципліна спрямована на формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема здатності до аналізу і синтезу соціально-значущих проблем та процесів, що визначають хід розвитку олімпійського спорту, його рушійні сили та мотивацію, а також на досягнення передбачених результатів навчання. Обсяг дисципліни – 4 кредити ЄКТС. Основні теми: Спортивна нутриціологія, її профілактична і корекційна спрямованість у спорті. Основні класи ергогенних нутриціологічних і фармакологічних засобів для стимуляції фізичної та психічної працездатності і прискорення відновлення у спорті вищих досягнень та дтячо-юнацькому спорті. Нутриціологічне забезпечення розвитку рухових якостей спортсменів. Нутриціологічне забезпечення профілактики та корекції мікропошкодження м'язів як засіб профілактики втоми і прискорення постантажу вального відновлення. Негативний вплив на організм заборонених у спорті субстанцій, можливість їх заміни на дозволені харчові добавки спеціального призначення. Підсумкова оцінка формується з урахуванням результатів поточного контролю та заліку.</p>
Перелік компетентностей, які формуються під час вивчення навчальної дисципліни	<p>Здатність діяти соціально відповідально та свідомо. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми. Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів. Здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності.</p>

	<p>Здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту. Усвідомлювати принципи професійної та академічної етики і необхідність їх дотримання. Здатність розділяти процес підготовки спортсменів на окремі, кількісно та якісно різні структурні елементи відповідно до об'єктивно існуючих закономірностей і принципів становлення спортивної майстерності та вікового розвитку людини. Здатність визначати зміст фізичної, технічної, тактичної та психологічної підготовки з врахуванням виду спорту, завдань етапу багаторічної та річної підготовки, індивідуальних особливостей спортсменів. Здатність до контролю та управління різними складовими тренувальної та змагальної діяльності спортсменів. Здатність реалізовувати ефективну спортивну підготовку та результативну змагальну діяльність в екстремальних умовах зовнішньої середовища. Здатність до застосування у практичній діяльності знань щодо механізмів впливу харчування та застосування дозволених ергогенних засобів на процеси працездатності та інтенсивності відновлення після фізичних навантажень.</p>
<p>Передумови, що мають бути виконані здобувачами вищої освіти для обрання навчальної дисципліни</p>	<p>Опанування такими навчальними дисциплінами: на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти: «Біохімія», «Гігієна та основи екології», «Фізіологія людини», «Основи теорії здоров'я та здорового способу життя», «Загальна теорія підготовки спортсменів»; «Теорія юнацького спорту»</p>
<p>Назва кафедри, що викладає навчальну дисципліну</p>	<p>Кафедра історії і теорії олімпійського спорту</p>
<p>ПІБ науково-педагогічного працівника, який викладає навчальну дисципліну</p>	
<p>Рішення Науково-методичної ради університету про включення навчальної дисципліни до</p>	<p>Протокол № 2 від 25.04.2023 р.</p>

каталогу вибірових дисциплін	
---------------------------------	--