

Освітній компонент	Вибірковий освітній компонент 2 <i>«Моніторинг фізичного стану спортсменів»</i>
Рівень ВО	<i>Бакалавр</i>
Назва спеціальності/освітньо-професійної програми	<i>017 Фізична культура і спорт / Фізична культура і спорт</i>
Форма навчання	<i>денна / заочна</i>
Курс, семестр, протяжність	<i>Денна / Заочна 2 курс, 3 семестр, один семестр</i>
Семестровий контроль	<i>залік</i>
Обсяг годин (всього: з них лекції/практичні)	<i>Денна: 5 кредитів, 150 годин (10 лекцій, 20 практичних) Заочна: 5 кредитів, 150 годин (4 лекції, 6 практичних)</i>
Мова викладання	<i>українська</i>
Кафедра, яка забезпечує викладання	<i>фітнесу та циклічних видів спорту</i>
Автор дисципліни	<i>Іванюк О.А.</i>
Короткий опис	
Вимоги до початку вивчення	Програма передбачає вивчення особливостей мобілізації функціональних резервів організму і формування функціональної підготовленості кваліфікованих спортсменів у процесі адаптації до напруженої спортивної діяльності.
Що буде вивчатися	Дисципліна включатиме лекційні та лабораторні заняття. На них вивчатимуться особливості прояву фізичної працездатності та мобілізації функціональних можливостей організму в процесі термінової та довготривалої адаптації спортсменів до тренувальних і змагальних навантажень, що пов'язані зі змінами в регуляції фізіологічних функцій. Проводитиметься моніторинг процесу адаптації спортсменів і управління тренувальним процесом з урахуванням критеріїв фізіологічної регуляції.
Чому це цікаво/треба вивчати	З допомогою даної дисципліни вдасться сформуванню у студентів знання з організації та контролю тренувального процесу у

	спортсменів та звичайних людей, хто любить фізкультуру та спорт. Вміння користуватись сучасними мобільними навігаційними системами.
Чому можна навчитися (результати навчання)	У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен знати особливості прояву фізичної працездатності та реакцій кардіореспіраторної системи на фізичні навантаження різного характеру. А також, зможе оцінити властивості психоемоційного стану спортсменів. Проаналізувати особливості варіабельності серцевого ритму. Студент зможе навчитись користуватись монітором серцевого ритму «POLAR»
Як можна користуватися набутими знаннями і уміннями (компетентності)	На сьогоднішній день кожна людина прагне досконалості. Великої популярності набирають тренування різноманітного характеру. А любе з цих тренувань потребує контролю та правильної організації. Студенти навчаться і в подальшому зможуть користуватись мобільними навігаційними системами вимірювання відстані, темпу, частоти серцевих скорочень на базі супутникової глобальної системи позиціонування (GPS), призначена для практичного використання в області комплексного педагогічного та біологічного контролю у спортивній медицині, спортивних тренуваннях (біг, велоспорт, лижний спорт тощо), фізичній реабілітації, професійній медицині з метою дослідження реакції серцево-судинної системи на тестові навантаження різної інтенсивності за природних умов середовища.
Інформаційне забезпечення	Силабус, презентаційні матеріали
Web-посилання на (опис дисципліни) силабус навчальної дисципліни на веб-сайті факультету (інституту)	https://vnu.edu.ua/uk/faculties-and-institutions/fakultet-fizichnoi-kulturi-sportu-ta-zdorovya