

Освітній компонент	Вибірковий освітній компонент 2 «Моніторинг фізичного стану спортсменів»
Рівень ВО	перший (бакалаврський) рівень
Назва спеціальності/освітньо-професійної програми	017 Фізична культура і спорт / Фізична культура і спорт
Форма навчання	Денна або Заочна
Курс, семестр, протяжність	2 (3 семестр), 5 кредитів ЄКТС
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (всього: з них лекції/практичні)	денна: 150 год, з них: лекц. – 10 год, практ. – 20 год. заочна: 150 год, з них: лекц. – 4 год, практ. – 6 год.
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	фітнесу та циклічних видів спорту
Автор ОК	Кандидат біологічних наук, доцент Іванюк Ольга Андріївна
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.