

Бюджетное учреждение высшего образования
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры
"Сургутский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМР

_____ Е.В. Коновалова

15 июня 2023 г., протокол УМС №5

МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЙ БЛОК
Нутрициология и фармакологическая поддержка
спорта
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	Теории физической культуры		
Учебный план	b490304-Спорт 23-1.plx Направление 49.03.04 Спорт Направленность (профиль): Теория и методика спортивной тренировки		
Квалификация	Тренер по виду спорта. Преподаватель		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	2 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	72	Виды контроля в семестрах: зачеты 8	
в том числе:			
аудиторные занятия	32		
самостоятельная работа	40		

Распределение часов дисциплины по

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	8 (4.2)		Итого	
Неделя	9 2/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	16	16	16	16
Практические	16	16	16	16
Итого ауд.	32	32	32	32
Контактная работа	32	32	32	32
Сам. работа	40	40	40	40
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

д.м.н., профессор, Куяров Александр Васильевич

Рабочая программа дисциплины

Нутрициология и фармакологическая поддержка спорта

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.04 Спорт (приказ Минобрнауки России от 25.09.2019 г. № 886)

составлена на основании учебного плана:

Направление 49.03.04 Спорт

Направленность (профиль): Теория и методика спортивной тренировки

утвержденного учебно-методическим советом вуза от 15.06.2023 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Теории физической культуры

Зав. кафедрой к.п.н., доцент Лосев В.Ю.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
1.1	является оценка возможности здорового человека в развитии адаптационных способностей организма в условиях спортивной деятельности при больших физических и психоэмоциональных нагрузках. Своевременное выявление факторов, лимитирующих физическую деятельность, умение устранять эти факторы адекватным применением средств коррекции для достижения высоких результатов в спорте и сохранения здоровья спортсмена. Применение фармакологических средств для повышения работоспособности и возможности к быстрому восстановлению ресурсов организма спортсмена после экстремальной нагрузки.
1.2	В процессе обучения обучающиеся должны овладеть:
1.3	основами антидопингового законодательства, знаниями об основных группах допинговых веществ, физиологических и биохимических механизмы действия допингов и опасности их применения для организма;
1.4	навыками разъяснительной работы по профилактике применения допинга в физкультурно-спортивной деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.О.04.01
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Биохимия мышечной деятельности
2.1.2	Физиология человека
2.1.3	Анатомия человека
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
2.2.2	Внетренировочные факторы повышения результативности
2.2.3	Планирование тренировочного процесса

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
ОПК-7.1: Планирует содержание и проводит мероприятия с лицами занимающимися физической культурой и спортом, направленные на формирование здорового образа жизни	
ОПК-7.3: Формирует у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни	
ОПК-11.1: Анализирует антидопинговое законодательство, знает основные группы допинговых веществ, физиологические и биохимические механизмы действия допингов и опасность их применения для организма	
ОПК-11.2: Проводит разъяснительную работу по профилактике применения допинга	

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	содержание мероприятий с лицами занимающимися физической культурой и спортом, направленные на формирование здорового образа жизни;
3.1.2	средства и методы формирования у лиц занимающихся физической культурой и спортом познавательной активности, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни;
3.1.3	содержание антидопингового законодательства, основные группы допинговых веществ, физиологические и биологические механизмы действия допингов и опасность их применения для организма;
3.1.4	содержание разъяснительной работы по профилактике применения допинга.
3.2	Уметь:

3.2.1	планировать содержание и проводить мероприятия с лицами занимающимися физической культурой и спортом, направленные на формирование здорового образа жизни;
3.2.2	формировать у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни;
3.2.3	анализировать антидопинговое законодательство, основные группы допинговых веществ, физиологические и биологические механизмы действий допингов и опасность их применения для организма;
3.2.4	проводить разъяснительную работу по профилактике применения допинга
3.3 Владеть:	
3.3.1	навыки планирования содержания и проведения мероприятий с лицами занимающимися физической культурой и спортом, направленные на формирование здорового образа жизни;
3.3.2	навыки формирования у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, познавательную активность, ценностные ориентации и мотивацию на ведение здорового образа жизни;
3.3.3	навыки анализа антидопингового законодательства, основных групп допинговых веществ на предмет их физиологических и биологических механизмов действия и опасности их применения для организма;
3.3.4	навыки проведения разъяснительной работы по профилактике применения допинга

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	Раздел 1. Фармподдержка					
1.1	Основные требования к режиму и рациону питания спортсменов в различные периоды соревновательного процесса и восстановления. /Лек/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э7	
1.2	Основные требования к режиму и рациону питания спортсменов в различные периоды соревновательного процесса и восстановления. /Пр/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э7	
1.3	Основные требования к режиму и рациону питания спортсменов в различные периоды соревновательного процесса и восстановления. /Ср/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э7	
1.4	Управление работоспособностью спортсмена. /Лек/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э7	
1.5	Управление работоспособностью спортсмена. /Пр/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э7	
1.6	Управление работоспособностью спортсмена. /Ср/	8	4	ОПК-7.1 ОПК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э7	
1.7	Фармакологическая поддержка на этапах подготовки спортсмена. /Лек/	8	2	ОПК-11.1 ОПК-11.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э7 Э8	

1.8	Фармакологическая поддержка на этапах подготовки спортсмена. /Пр/	8	2	ОПК-11.1 ОПК-11.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э7 Э8	
1.9	Фармакологическая поддержка на этапах подготовки спортсмена. /Ср/	8	4	ОПК-11.1 ОПК-11.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э7 Э8	
1.10	Фармакологические препараты спорта. /Лек/	8	2	ОПК-11.1 ОПК-11.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э7 Э8	
1.11	Фармакологические препараты спорта. /Пр/	8	2	ОПК-11.1 ОПК-11.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э7 Э8	
1.12	Фармакологические препараты спорта. /Ср/	8	4	ОПК-11.1 ОПК-11.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э7 Э8	
1.13	Коррекция отдельных состояний в спорте. /Лек/	8	2	ОПК-11.1 ОПК-11.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э7	
1.14	Коррекция отдельных состояний в спорте. /Пр/	8	2	ОПК-11.1	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э7	
1.15	Коррекция отдельных состояний в спорте. /Ср/	8	2	ОПК-11.1 ОПК-11.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э7	
1.16	Фармобеспечение по летним видам спорта. /Лек/	8	2	ОПК-11.1 ОПК-11.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э7 Э8	

1.17	Фармобеспечение по летним видам спорта. /Пр/	8	2	ОПК-11.1 ОПК-11.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э7 Э8	
1.18	Фармобеспечение по летним видам спорта. /Ср/	8	4	ОПК-11.1 ОПК-11.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э7 Э8	
1.19	Фармобеспечение по зимним видам спорта /Лек/	8	2	ОПК-11.1 ОПК-11.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э7 Э8	
1.20	Фармобеспечение по зимним видам спорта /Пр/	8	2	ОПК-11.1 ОПК-11.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э7 Э8	
1.21	Фармобеспечение по зимним видам спорта /Ср/	8	4	ОПК-11.1 ОПК-11.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э7 Э8	
1.22	Пропаганда и организация рационального питания в спортклубе. /Лек/	8	2	ОПК-11.1 ОПК-11.2 ОПК-7.1 ОПК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э7	
1.23	Пропаганда и организация рационального питания в спортклубе. /Пр/	8	2	ОПК-11.1 ОПК-11.2 ОПК-7.1 ОПК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э7	
1.24	Пропаганда и организация рационального питания в спортклубе. /Ср/	8	4	ОПК-11.1 ОПК-11.2 ОПК-7.1 ОПК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э7	
1.25	Контрольная работа /Контр.раб./	8	8	ОПК-11.1 ОПК-11.2 ОПК-7.1 ОПК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8	Выполнение контрольной работы.

1.26	Нутрициология и фармакологическая поддержка спорта /Зачёт/	8	4	ОПК-11.1 ОПК-11.2 ОПК-7.1 ОПК-7.3	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6 Э7 Э8	Зачёт
------	--	---	---	--	---	-------

5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

5.1. Оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации

Представлены отдельным документом

5.2. Оценочные материалы для диагностического тестирования

Представлены отдельным документом

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.1	Кулиненко О. С.	Фармакология спорта в таблицах и схемах	Москва: Издательство «Спорт», 2015, электронный ресурс	1
Л1.2	Тель Л.З.	Нутрициология: учебник: учебник	Москва: Литтерра, 2016, электронный ресурс	2
Л1.3	Безуглов Э.Н., Ачкасов Е.Е.	Основы антидопингового обеспечения спорта: учебное пособие	Москва: Спорт, 2019, электронный ресурс	2

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Куяров А. В., Куяров А. А., Куярова Г. Н., Сайгушева Л. А.	Пробиотическая микробиология на службе здоровья жителей Севера: монография	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2013	5
Л2.2	Скальный А. В., Зайцева И. П., Тиньков А. А.	Микроэлементы и спорт. Персонализированная коррекция элементного статуса спортсменов: Монография	Москва: Издательство электронный ресурс	1
Л2.3	Ших Е.В.	КЛИНИЧЕСКАЯ ФАРМАКОЛОГИЯ ВИТАМИНОВ: практическое руководство	Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2011, электронный ресурс	1

6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
--	---------------------	----------	-------------------	----------

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
ЛЗ.1	Харевич Т. В., Пиунова Н. А., Якименко П. М.	Здоровый образ жизни. Рациональное питание: Учебно-методическое пособие	Минск: Республиканский институт профессионального образования (РИПО), 2010, электронный ресурс	1
ЛЗ.2	Макгрегор Р.	Спортивное питание: Что есть до, во время и после тренировок	Moscow: Альпина Паблишер, 2016, электронный ресурс	2
ЛЗ.3	Куяров А. В., Сайгушева Л. А.	Микробиология пробиотиков: учебно-методическое пособие	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2010, электронный ресурс	2

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Электронно-библиотечная система Znanium www.znanium.com
Э2	Электронно-библиотечная система издательства «Лань» http://e.lanbook.com/
Э3	Электронно-библиотечная система IPRbooks http://iprbookshop.ru
Э4	Консультант студента. «Консультант студента для медицинского вуза» http://www.studmedlib.ru
Э5	БД «Гарант» http://www.garant.ru/
Э6	БД «КонсультантПлюс» http://www.consultant.ru/
Э7	Научная библиотека СурГУ http://lib.surgu.ru/
Э8	Сайт Олимпийского комитета, рубрика Антидопинг https://olympic.ru/antidoping/

6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Операционные системы Microsoft Windows, пакет прикладных программ Microsoft Office
---------	--

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	СПС «КонсультантПлюс» - www.consultant.ru/
6.3.2.2	СПС «Гарант» - www.garant.ru/

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Учебные аудитории для лекций оснащены мультимедийным проектором, экраном, передвижной учебной доской, типовой учебной мебелью: столами, скамьями и стульями.
7.2	Учебная лаборатория оснащена анаэроустатом Gas Pak 150, pH-метрмилливольтметром pH-150, микроскопами «Микмед», МБС, термостатом, холодильником, центрифугой, электронными весами, аналитическими весами, ДНК-амплификатором, камерой для электрофореза, лабораторной посудой, набором таблиц и микропрепаратов, компьютером, ламинарным шкафом.
7.3	Зал медико-биологической литературы и литературы по ФиС. Оснащение: столы, стулья, компьютеры с выходом в интернет.