



Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника



Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін

ОСОБЛИВОСТІ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ ЖІНОК

*Другий (магістерський) рівень вищої освіти
за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт*

Кількість кредитів ЄКТС - 6





Метою викладання навчальної дисципліни “Особливості спортивної підготовки жінок” є ознайомлення студентів із основними особливостями жіночого організму та їх спортивної підготовки, формування професійно-педагогічних знань, вмінь та навичок, які повинні забезпечити теоретичну і практичну підготовку фахівців необхідну для самостійної роботи у сфері фізичної культури та спорту.





Основні завданнями вивчення дисципліни “Особливості спортивної підготовки жінок”



1. формування професійного світогляду студентів, основ знань і навичок з питань історії розвитку та сучасними проблемами жіночого олімпійського спорту;
2. сформувані чітке уявлення про фізіологічні основи спортивного тренування жінок;
3. ознайомити студентів з МЦ та його нейрогуморальною регуляцією;
4. сформувані чітке уявлення про вплив занять спортом на репродуктивну функцію жінок та роль енергоспоживання;
5. сформувані чітке уявлення про жіночу спортивну тріаду та її компоненти;
6. ознайомити студентів з наслідками для здоров'я асоційованими з жіночою спортивною тріадою, факторами ризику виникнення тріади та її поширеністю;
7. ознайомити студентів з основами діагностування, запобігання виникнення та лікування тріади.





Програмові компетентності:



КЗ. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.
ЗК6. Здатність розробляти проекти та управляти ними.
СК1. Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень.

СК4. Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів.
СК8. Здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту. К. Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту.





Програмові результати навчання :



ПРН 6. Відшукувати необхідну інформацію у науковій літературі, базах даних, інших джерелах, аналізувати та оцінювати цю інформацію.

ПРН 12. Знання методів діагностики моніторингу стану здоров'я спортсменів і осіб, що займаються фізичною культурою.





**Запрошуємо Вас для
вивчення даного курсу!**





Дякую за увагу!

