

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Косенок Сергей Михайлович
Должность: ректор
Дата подписания: 01.07.2025 09:40:13
Уникальный программный ключ:
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

Бюджетное учреждение высшего образования

Ханты-Мансийского автономного округа-Югры

"Сургутский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УМР

_____ Е.В. Коновалова

11 июня 2025г., протокол УМС №5

**МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЙ БЛОК МОДУЛЯ
ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДИСЦИПЛИН
Нутрициология и фармакологическая поддержка
спорта**

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	Медико-биологических основ физической культуры
Учебный план	b490303-РИТ-25-4.plx 49.03.03 РЕКРЕАЦИЯ И СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ Направленность (профиль): Спортивно-оздоровительный туризм
Квалификация	бакалавр
Форма обучения	очная
Общая трудоемкость	2 ЗЕТ
Часов по учебному плану	72
в том числе:	Виды контроля в семестрах: зачеты 8
аудиторные занятия	32
самостоятельная работа	40

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	8 (4.2)		Итого	
Недель	9 4/6			
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 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 943)

составлена на основании учебного плана:

49.03.03 РЕКРЕАЦИЯ И СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ

Направленность (профиль): Спортивно-оздоровительный туризм

утвержденного учебно-методическим советом вуза от 11.06.2025 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Медико-биологических основ физической культуры

Зав. кафедрой канд.биол.наук, доцент Мальков М.Н.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	Целью дисциплины "Нутрициология и фармакологическая поддержка спорта", 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 профилировать и 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
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ООП: Б1.О.04	
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	Производственная практика, преддипломная практика

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ОПК-7.1: Анализирует антидопинговое законодательство, знает основные группы допинговых веществ, физиологические и биохимические механизмы действия допингов и опасность их применения для организма

ОПК-7.2: Проводит разъяснительную работу по профилактике применения допинга в физкультурно-спортивной деятельности

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	- Антидопинговое законодательство
3.1.2	Основные группы допинговых веществ
3.1.3	Физиологические и биохимические механизмы действия допингов и опасность их применения для организма
3.2	Уметь:
3.2.1	- Анализировать антидопинговое законодательство
3.2.2	Проводить разъяснительную работу по профилактике применения допинга в физкультурно-спортивной деятельности

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-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	
1.2	Основные требования к режиму и рациону питания спортсменов в различные периоды соревновательного процесса и	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	

1.3	Основные требования к режиму и рациону питания спортсменов в различные периоды соревновательного процесса и восстановления. /Ср/	8	4	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2	
1.4	Управление работоспособностью спортсмена. /Лек/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	
1.5	Управление работоспособностью спортсмена. /Пр/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	
1.6	Управление работоспособностью спортсмена. /Ср/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2	
1.7	Фармакологическая поддержка на этапах подготовки спортсмена. /Лек/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	
1.8	Фармакологическая поддержка на этапах подготовки спортсмена. /Пр/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	
1.9	Фармакологическая поддержка на этапах подготовки спортсмена. /Ср/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2	
1.10	Фармакологические препараты спорта. /Лек/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	
1.11	Фармакологические препараты спорта. /Пр/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	
1.12	Фармакологические препараты спорта. /Ср/	8	4	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2	
1.13	Коррекция отдельных состояний в спорте. /Лек/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	
1.14	Коррекция отдельных состояний в спорте. /Пр/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	
1.15	Коррекция отдельных состояний в спорте. /Ср/	8	4	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2	
1.16	Фармобеспечение по летним видам спорта. /Лек/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	
1.17	Фармобеспечение по летним видам спорта. /Пр/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	
1.18	Фармобеспечение по летним видам спорта. /Ср/	8	4	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2	
1.19	Фармобеспечение по зимним видам спорта /Лек/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	
1.20	Фармобеспечение по зимним видам спорта /Пр/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	
1.21	Фармобеспечение по зимним видам спорта /Ср/	8	4	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2	
1.22	Пропаганда и организация рационального питания в спортклубе. /Лек/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	
1.23	Пропаганда и организация рационального питания в спортклубе. /Пр/	8	2	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	
1.24	Пропаганда и организация рационального питания в спортклубе. /Ср/	8	4	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2	
1.25	/Контр.раб./	8	7	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2	

1.26	Нутрициология и фармакологическая поддержка спорта /Зачёт/	8	5	ОПК-7.1 ОПК-7.2	Л1.2Л2.2Л3.1 Л3.2	
------	--	---	---	--------------------	----------------------	--

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	Барыбин А.А., Томилин В.И., Шаповалов В.И.	Физико-технологические основы макро-, микро- и наноэлектроники: учебное пособие	Москва: Физматлит, 2011, электронный ресурс	2
Л1.2	Полиевский С. А., Ямалетдинова Г. А.	Питание спортсменов. Безопасность пищевых продуктов: Учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2020, электронный ресурс	1

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Шереметова Г.С	Право на бесплатную юридическую помощь в гражданском процессе: монография	Москва: Статут, 2015, электронный ресурс	2
Л2.2	Парастаев С.А.	Питание спортсменов	Moscow: Спорт, 2018, электронный ресурс	2
Л2.3	Парастаев, С. А.	Питание спортсменов. Рекомендации для практического применения (на примере футбола): методическое пособие	Москва: Издательство «Спорт», 2018, электронный ресурс	1

6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л3.1	Куяров А. В., Сайгушева Л. А.	Микробиология пробиотиков: учебно-методическое пособие	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2010, электронный ресурс	2
Л3.2	Парастаев С.А.	Питание спортсменов: учебно-методическое пособие	Москва: Спорт, 2018, электронный ресурс	2

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"	
Э1	Научная электронная библиотека https://www.elibrary.ru/
Э2	Электронно-библиотечная система IPRbooks http://iprbookshop.ru
6.3.1 Перечень программного обеспечения	
6.3.1.1	Операционные системы Microsoft, пакет прикладных программ Microsoft Office.
6.3.1.2	Доступ в сеть интернет (в т.ч. Wi-Fi)
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
6.3.2.3	Базы данных (Российские)- РИИЦ, национальная электронная библиотека)
6.3.2.4	Базы данных (зарубежные) - Web of Science Core Collection, Scopus

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 анаэроостатом Gas Pak 150, РН-метрмилливольтметром рН-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.