

Назва кафедри	Громадського здоров'я та медико-біологічних основ фізичної культури
Назва дисципліни	Фізіологія спорту та фізичних вправ
Загальна кількість кредитів (годин)	4 кредити (120 год.)
Курс та півріччя, де починається дисципліна	3 курс, 5 семестр
Кількість семестрів, протягом яких вивчається дисципліна	2 семестри (5-6)
Форма навчання, для якої дисципліна пропонується	Денна/заочна
Попередні умови	Вивчення дисциплін: Анатомія людини Біохімія Фізіологія людини Вікова фізіологія Біомеханіка Гігієна
Назви спеціальностей, для яких пропонується вивчення дисципліни	Фізична культура, (СТН)
Короткий опис дисципліни	<p>Вивчення дисципліни «Фізіологія спорту та фізичних вправ» передбачає формування знань з питань теорії адаптації до спортивних навантажень, фізіологічних закономірностей реакцій систем організму, закономірностей підвищення функціональних можливостей організму під час занять спортом та фізичною культурою, фізіологічного обґрунтування структури і принципів спортивного тренування, уроку фізичної культури, впливу оздоровчої фізичної культури на організм дітей, жінок, осіб похилого віку.</p> <p><b>Завдання курсу</b></p> <p><b>Теоретичні:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• сформувати уявлення про фізіологічні механізми адаптації функціональних систем організму до спортивних та фізичних навантажень;</li> <li>• сформувати уявлення про вікові фізіологічні особливості організму під час адаптації до фізичних навантажень;</li> <li>• сформувати уявлення про фізіологічні основи оздоровчих форм фізичної культури.</li> </ul> <p><b>Практичні:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• набути вміння володіти основними фізіологічними методами дослідження організму людини;</li> <li>• набути вміння пояснювати процеси, що відбуваються в організмі під час виконання фізичних вправ;</li> <li>• набути вміння класифікувати фізичні вправи за різними фізіологічними класифікаціями;</li> <li>• набути вміння описувати функціональні стани організму при м'язовій роботі.</li> </ul>