

Анотація вибіркової навчальної дисципліни

Психофізіологічні аспекти спортивної дієтології

назва навчальної дисципліни

Шифр навчальної дисципліни	ВД.ББ7
Загальна кількість кредитів	4 кредити ЄКТС
Короткий опис змісту дисципліни	<p>Дисципліна спрямована на формування визначених освітньо-професійною програмою професійних компетентностей, здатностей до застосування у професійній діяльності дієтологів, тренерів та спортсменів набуття основних теоретичних знань щодо психофізіологічних чинників, які впливають на харчову поведінку та викликають її відповідні порушення. Розуміння психофізіологічних станів спортсменів з урахуванням їх особливостей в залежності від типу спортивного харчування та вибору продуктів. Використання у спортивній дієтології методів психодіагностики та корекції психофізіологічного стану спортсменів для розроблення збалансованого режиму харчування з урахуванням психологічних характеристик особистості в умовах постійних фізичних навантажень, впливу видів спортивної діяльності на психологічне само сприйняття та міжособистісне сприйняття свого спортивного образу та спортивної дієти. Розуміння ролі психологічних станів у процесі мотивації до досягнення спортивних результатів та виникнення відповідних психофізіологічних порушень при впливі на організм факторів зовнішнього середовища, внутрішніх зрушень, фізичних навантажень у спортсменів, засвоєнь вмій і навичок фізіологічного контролю функціонального стану організму при заняттях оздоровчими вправами та спортом.</p> <p>Основні теми: аналіз основних наукових підходів до психофізіологічних порушень харчової поведінки спортсменів, що займаються різними видами спорту; визначення психологічних чинників, що впливають на харчову поведінку та психофізіологічний стан спортсмена; розуміння особливостей формування</p>

	<p>психічного стану людини в залежності від типу харчування та вибору продуктів; Визначення взаємозв'язків психофізіологічних властивостей особистості і особливостей харчової поведінки; Методологічні підходи до діагностики та корекції психофізіологічного стану спортсмена для розроблення збалансованого режиму харчування з урахуванням індивідуальних психологічних характеристик особистості.</p> <p>Мета навчальної дисципліни – формування сучасних уявлень про психологічні аспекти спортивної дієтології; особливості функціонування вищої нервової діяльності та психофізіологічних змін у осіб, що займаються оздоровчим та професійним спортом; визначення психофізіологічних критеріїв, фізіологічних змін і закономірностей, що забезпечують взаємодію організму із зовнішнім середовищем; засвоєння вмій і навичок психологічного контролю функціонального стану організму при заняттях оздоровчими вправами та спортом.</p>
<p>Перелік компетентностей, які формуються під час вивчення навчальної дисципліни</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сформувані у студентів здатність ставити та успішно вирішувати на достатньому професійному рівні науково-дослідницькі та практичні завдання у сфері психофізіологічних аспектів спортивної дієтології, як у процесі навчання, так і в процесі роботи, узагальнювати набуті знання, досвід, застосовувати інноваційні підходи та методи дослідження психофізіологічних процесів у організмі осіб, залучених до різних видів діяльності у сфері спорту та дієтології. 2. Виявляти чинники, що впливають на психологічний стан спортсменів і на їх харчову поведінку; особливості формування психічного стану в залежності від типу харчування та вибору продуктів; 3. Застосовувати методи діагностики та корекції психологічного стану спортсмена для розроблення збалансованого режиму харчування з урахуванням психологічних характеристик особистості; 4. Вміти: визначати психофізіологічні

	<p>особливості спортсмена, що враховуються при розробці спортивної дієти, та встановлювати взаємозв'язок психічних властивостей особистості і особливостей харчової поведінки; визначати та розрізняти психічні розлади спортсменів, що пов'язані з харчуванням.</p> <p>5. Володіти навичками ефективного використання психологічного супроводу для розроблення дієтологічних програм та рекомендацій для підвищення рівня фізичної працездатності і збереження здоров'я спортсменів;</p> <p>6. Проводити психологічну корекцію втоми, оптимізацію працездатності, відновлення після значних тренувальних навантажень за допомогою психологічних методів роботи зі спортсменами відповідно до кожного виду спортивної діяльності.</p>
<p>Передумови, що мають бути виконані здобувачами вищої освіти для обрання навчальної дисципліни</p>	<p><i>обсяг до 300 знаків з пробілами</i></p> <p>Успішне опанування такими навчальними дисциплінами:</p> <p>на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти: «Біохімія», «Анатомія», «Фізіологія», «Фізіологія рухової активності», «Спортивна медицина»;</p> <p>на другому (магістерському) рівні вищої освіти: «Інформаційні технології у науковій діяльності»; «Фізіологічні механізми адаптації організму людини»; «Організація і проведення наукових досліджень у біології»; «Спортивна дієтологія»; «Фізіологія вищої нервової діяльності та психофізіологія».</p>
<p>Назва кафедри, що викладає навчальну дисципліну</p>	<p>Кафедра медико-біологічних дисциплін</p>
<p>ПІБ науково-педагогічного працівника, який викладає навчальну дисципліну</p>	<p>Бахмутова Лариса Миколаївна</p>
<p>Рішення Науково-методичної ради університету про включення навчальної</p>	<p>Протокол №2 від 25.04.2023 р.</p>

дисципліни до каталогу вибірових дисциплін	
--	--