

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Сейранов Сергей Германович

Должность: Ректор

Дата подписания: 15.02.2021 18:20:20

Уникальный программный ключ:

a928d5c2e524610a70a516150646757f22104919a9901a03aa2d5e6ca8462e49

Аннотация

рабочей программы дисциплины

«Технологии биологической обратной связи в физической культуре и спорте»

направление подготовки 49.04.01 Физическая культура

Общая трудоемкость дисциплины: 2 з.е.

Форма контроля: зачёт

Семестр: 2

Цели и задачи освоения дисциплины:

Цели дисциплины – сформировать у магистрантов представление о технологиях, способствующих эффективности самовоздействия на работу своих функциональных систем посредством определенных приемов, позволяющих активизировать резервные возможности организма.

Задачи дисциплины содействовать:

- формированию знаний о способах эффективной мобилизации своих функциональных и психических резервов;
- формированию представлений о приемах управления своими биоэнергетическими характеристиками;
- освоению технологии управления своего состояния с помощью биологической обратной связи.

Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Технологии биологической обратной связи (БОС) в физической культуре и спорте» входит в состав дисциплин по выбору вариативной части ООП (Б1.В.ДВ7). Данная дисциплина является значимой в формировании стратегии и тактики профессиональной деятельности магистра физической культуры. Знание технологий БОС является обязательным условием для успешности регуляции состояния человека и повышения качества освоения двигательных действий.

Требования к результатам освоения дисциплины

В результате изучения дисциплины магистрант должен:

Знать:

- основные принципы использования биологической обратной связи в физической культуре и спорте;
- механизмы регуляции физиологических функций, обеспечивающие возможность формирования необходимого функционального состояния на основе БОС.

Уметь:

- использовать широкий комплекс методических приемов для регуляции текущего уровня функционального состояния организма на основе БОС,
- выбирать модель биоуправления, адекватную текущим задачам контроля и коррекции моторных функций.

Владеть:

- доступными методами БОС-тренинга.
- приемами создания соответствующих условий, способствующих эффективности БОС-управления.

Краткое содержание разделов дисциплины:

Понятие БОС. История развития биоуправления. Особенности методов БОС. Модели биоуправления и области их применения. Требования, предъявляемые к оборудованию. Контроль эффективности процедур БОС тренинга.

Виды биоуправления. Биоуправление в клинической практике. Биоуправление в образовании.

Роль биологической обратной связи в контроле и коррекции моторных функций. Значение «ведущей репрезентативной системы» для успешного прохождения БОС-тренинга. Выбор модели биоуправления. Виды биоуправления, используемые в спортивной практике и их характеристика.

Метод игрового биоуправления. Модель эффективного поведения как система навыков конструктивного разрешения противоречивых ситуаций. Организация тренинга. Структура коррекционного сеанса. Структура курса тренинга. Демонстрация и пробные сеансы игр «Вира», «Гребной канал», «Магические кубики», «Ралли».

Понятие мультипараметрического биоуправления. Использование мультипараметрического мониторинга для контроля эффективности процедур БОС тренинга. Основные направления развития компьютерных систем биоуправления.