Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Курганский государственный университет»
(КГУ)

Кафедра «Физическая культура и спорт»

УТВЕРЖДАЮ:
Проректор по образовательной
и международной деятельности
_____ / А.А. Кирсанкин /
«____»_____ 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины
«**Методы исследования физической работоспособности**»

образовательной программы высшего образования –
программы бакалавриата
49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии
здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание

Формы обучения: заочная

Курган 2025

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Аннотация к рабочей программе дисциплины

«Методы исследования физической работоспособности»

образовательной программы высшего образования –
программы бакалавриата
49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль):
Адаптивное физическое воспитание

Трудоемкость дисциплины: 3 ЗЕ (108 академических часов)
Семестр: 7
Форма промежуточной аттестации: зачет

Содержание дисциплины

Эргометрические и физиологические показатели физической работоспособности. Физическая работоспособность как количественный показатель здоровья. Физиологические основы двигательных тестов. МПК как интегративный показатель аэробных возможностей организма. Границы аэробно-анаэробного перехода (ПАНО). Нагрузочное тестирование. Прямое измерение физической работоспособности. Физическая работоспособность детей и подростков. Нагрузочные тесты в обследовании лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.