

**МАГИСТЪРСКА ПРОГРАМА
„СПОРТНА КИНЕЗИОЛОГИЯ”**

**ОБРАЗОВАТЕЛНО-КВАЛИФИКАЦИОННА СТЕПЕН „МАГИСТЪР”
ПРОФЕСИОНАЛНА КВАЛИФИКАЦИЯ: СПОРТЕН КИНЕЗИОЛОГ
СРОК НА ОБУЧЕНИЕ - 1 ГОДИНА
ФОРМА НА ОБУЧЕНИЕ: РЕДОВНА**

Условие за прием: В магистърската програма по Спортна Кинезиология могат да бъдат приети лица, завършили образователно-квалификационната степен “бакалавър” със следните професионални квалификации: **Учител по Физическо възпитание, Треньор по вид спорт, Спортен мениджър, Спортен аниматор, и Треньор по бойно-приложна физическа подготовка и спорт в БА и МВР от Област на висше образование: (1) Педагогически науки, професионално направление Педагогика на обучението по физическо възпитание (шифър 1.3.); и (2) Здравеопазване и Спорт и професионално направление “Спорт” (шифър 7.6).**

Обучението по ОКС “магистър” дава възможност за развитие на професионалната квалификация и е добра основа за успешна кариера, защото подобрява конкурентоспособността на специалистите на националния и международния пазар на труда.

Магистърските програми, свързани с науката за движението – Кинезиология, са предназначена за специалисти с различна професионална квалификация. В световната практика, обучението по кинезиология е широко представено в бакалавърски и магистърски програми, които са диференцирани по различни критерии. Например: наука и кинезиология (Science Kinesiology), кинезиология в областта на изкуствата, свързани с двигателна активност (Art Kinesiology), научни изследвания в областта на системното упражняване и натоварване в спорта (Sport and Science) и др. Поради факта, че в България програми за обучение по Кинезиология до момента не се предлагат, в тази нова, магистърска програма, която понастоящем се акредитира за първи път в България от ЮЗУ “Неофит Рилски”, е направен опит да се заложи широкият спектър от научни и приложни страни на тази мултидисциплинарна област.

ОБРАЗОВАТЕЛНИ ЦЕЛИ НА ОКС “МАГИСТЪР ПО СПОРТНА КИНЕЗИОЛОГИЯ”:

(1) да се надгради, задълбочи и интернационализира обучението на специалисти, завършили бакалавърски програми свързани с педагогика на физическата активност и на системната двигателна дейност (спортната тренировка), със знания върху движението на здравия човек и спортиста, чрез дисциплини, които имат фундаментално теоретично значение като: анатомия на движенията и основи на кинезиологията, биоенергетика и др., които се предхождат от курс по обща биология;

(2) да се осигури обучението им върху методико-практически и приложни дисциплини, свързани с упражняването, системно трениране, последиците от хипокинетичния начин на живот, претренирането, разтренирането и други, които изучават и връзката между физическа активност, храненето и здравето; да се продължи обучението върху съвременни функционални изследвания в областта на спорта, като се предложат практически занятия по спироергометрия, изокинетична динамометрия, кинезиологична миография и др.;

(3) да се обогатят познанията на тези специалисти върху широкия диапазон от дейности, свързани с двигателна активност и изграждане на двигателни навици в различни приложни сфери като танцови, инструментални и пластични изкуства, пеене и др.

(4) да се осигури обучение върху психосоциални, правни и управленчески аспекти на дейности свързани със спорт, специфика на спортните дисциплини, физическа работа, двигателна активност и др.;

(6) да се дадат знания върху методологията и експерименталните подходи при провеждане на кинезиологични научни изследвания, изготвяне на литературен обзор, подбор на групи за изследване, непараметричен статистически анализ, интерпретация на данни и пр., при експерименти свързани със спорт, спортна тренировка, физическа работа, физическо натоварване и др.

ЗНАНИЯ

Завършилите магистърска програма спортни кинезиолози трябва да имат:

- (1) Обща подготовка по предмети и раздели, които осигуряват обучението по други основни дисциплини като биология, методология при провеждане на научни изследвания и непараметричен статистически анализ и др;
- (2) Специална подготовка по медико-биологични дисциплини свързани с движения и системно физическо натоварване като: анатомия и кинезиология на скелетно-мускулна система при двигателна активност на човека; функционални изследвания и инструментални подходи в спорта; биохимия и биоенергетика на двигателната активност; хранене, метаболизъм и биостимулиране в спорта.
- (3) Общо-научна и специална подготовка в психосоциални, правни, икономически и производствени области свързани с физическа работа, двигателна активност и спорт, чрез обучение по дисциплини като: психология на двигателната активност и спорта, социални аспекти на двигателната активност и др.
- (4) Обща методико-практическа подготовка в области свързани с изследване на движенията и изграждане на двигателен навик в приложни сфери като танцови, инструментални и пластични изкуства и пеене чрез дисциплините: Класически екзерсиз, Фолклорни танци, Характерни танци, Пиано, Акордеон, Графика и рисуване, Живопис, Скулптура, Приложни изкуства, Вокално пеене.

Изисквания към компетенциите и професионалните умения на специалистите

Специалистът с магистърска образователно-квалификационната степен "спортен кинезиолог" се подготвя за реализация в по-широка сфера. Това касае както институциите и структурите в които може да намери професионална реализация, така и длъжностите, които може да заема. Компетенциите на специалистите, базирани на общата, специализираната и практическата подготовка, им позволява да разширят областите на приложение и предмета на дейностите, като освен педагогическа или треньорска дейност, те могат да извършват научно-изследователска, консултантска, експертна, организационна, здравно-просветна и ръководна (мениджърска) дейност.

Специалистът спортен кинезиолог може:

- да извършва педагогически, треньорски, организационни и управленски дейности свързани с физическо възпитание, масови прояви, спорт, утринна и оздравителна гимнастика, спортна и лечебна тренировка, спортни състезания и олимпиади, туристически походи, екскурзии и лагери на море и планина и др.
- да инспирира и възпитава в ученици, студенти, граждани, хора с болестни нарушения и др., потребност и желание за системни физически упражнения и природосъобразен начин на живот, за участие в състезателни изяви в областта на спорта, нравствени добродетели свързани с двигателна култура и високо ниво на работоспособност;
- да разработва учебна документация за различните степени на училището и висшето образование;
- да разработва документация свързана с научно-изследователски проекти в областта на педагогическите науки и кинезиологията;

Професионална реализация на кадрите:

- В държавни и международни асоциации и структури, свързани със спорт и фитнес;

- В администрацията на университетски и колежански факултети и центрове за спорт;
- В посреднически и импресарски фирми за спортно предприемачество;
- В предприятия и фирми за производство и търговия на спортни съоръжения и артикули;
- Като експерти и специалисти в институции и структури, ангажирани с координацията и управлението на национални и международни движения в областта на активния начин на живот и спорта за всички;
- Като администратори или мениджъри на фитнес клуб, спортен клуб, здравно-оздравителни и курортни центрове, SPA центрове и др.
- Като директори на специализирани спортни училища и университети;
- Като консултанти по природосъобразен начин на живот и хранене.

УЧЕБЕН ПЛАН
Специалност: Спортна кинезиология, ОКС „магистър”

<u>Първи семестър</u>	<u>ECTS кредити</u>	<u>Втори семестър</u>	<u>ECTS кредити</u>
1. Биологични основи на кинезиологията 2. Анатомия на движението с кинезиология I част 3. Spiroergometria, izokineticna dinamometrija, kineziolegicna elektro mio grafija 4. Metodologija na kineziolegicni izsledvanija i neparametricna statistika 5. Socialni aspekti na dvigatelnata aktivnost i sporta	4.0 5.0 8.0 5.0 4.0	1. Анатомия на движението с кинезиология II част 2. Биохимия на физическото натоварване 3. Биостимулиране в спорта 4. Физическа активност, здраве, заболяемост и ерготерапия	4.0 3.0 2.0 2.0
Избиреми дисциплини (студентите избират една дисциплина от група)		Избиреми дисциплини (студентите избират една дисциплина)	
I. Арт кинезиология 1. Класически екзарсист 2. Фолклорни танци 3. Характерни танци 4. Пиано 5. Акордеон 6. Графика и рисуване 7. Живопис 8. Скулптура 9. Приложни изкуства 10. Въведение във вокалната подготовка	2.0 2.0 2.0 2.0 2.0 2.0 2.0 2.0 2.0 2.0	I. Арт кинезиология 1. Класически екзарсист 2. Фолклорни танци 3. Характерни танци 4. Пиано 5. Акордеон 6. Графика и рисуване 7. Живопис 8. Скулптура 9. Приложни изкуства 10. Въведение във вокалната подготовка	2.0 2.0 2.0 2.0 2.0 2.0 2.0 2.0 2.0 2.0
II. Наука 1. Кибернетична кинезиология 2. Психология на двигателната активност 3. Съвременни тенденции в ТМСТ 4. Тренировката на спортисти с увреждания 5. Спортен травматизъм 6. Ексцентрични упражнения в спорта и кинезитерапията	2.0 2.0 2.0 2.0 2.0 2.0	II. Наука 1. Кибернетична кинезиология 2. Психология на двигателната активност 3. Съвременни тенденции в ТМСТ 4. Тренировката на спортисти с увреждания 5. Спортен травматизъм 6. Ексцентрични упражнения в спорта и кинезитерапията	2.0 2.0 2.0 2.0 2.0 2.0
		Държавен изпит или защита на дипломна работа	15
	Общо 30		Общо 30

ОБЩО ЗА ДВАТА СЕМЕСТЪРА: 60 КРЕДИТА

ОПИСАНИЕ НА УЧЕБНИ ДИСЦИПЛИНИ

БИОЛОГИЧНИ ОСНОВИ НА КИНЕЗИОЛОГИЯТА

ECTS кредити: 4.0

Форма за проверка на знанията: изпит

Седмичен хорариум: 2л+1су+0лу+0пу

Статут на дисциплината: задължителна

Вид на изпита: писмен и устен

Семестър: първи

Методическо ръководство:

Катедра: Спорт и кинезитерапия

Факултет по обществено здраве и спорт

Лектор:

ас. д-р Мария Кокова

Gsm: 0896733471

Анотация:

Дисциплината „Биологични основи на кинезиологията” запознава студентите с основните парадигми и теории в биологията, предметът, задачите и методите, както и връзките на биологията с другите науки. Науката за живите организми въвежда студентите в законите на природата на различните равнища на организация на материята: клетка, тъкан, орган, система, организъм, популация, вид, съобщества, екосистема и биосфера. Целите на лекционния курс са: да запознае студентите с клетъчната теория, устройството и функционирането на клетките, видовете клетки, изграждането на тъкани, органи и системи в многоклетъчните организми, както и да представи на студентите основните типове регулация в живата природа, хомеостазата, както и биологичните основи на поведението на животните и човека.

Съдържание на учебната дисциплина:

Предмет, място, задачи и значение на биологията. Основни принципи в организацията на живите системи. Биохимия на клетката. Енергетика на клетката. Размножаване и индивидуално развитие на организмите. Основи на генетиката. Еволюционно учение. Развитие на биосферата. Хранене и храносмилане при растенията, безгръбначните и гръбначните животни. Еволюционна зоопсихология. Координация и регулация при животните. Координация и регулация при растенията. Растеж и развитие. Типове растеж. Хомеостаза. Системи на управление и регулация в биологията. Двигателни системи.

Технология на обучението и оценяването

Дисциплината е с 4 кредита, като половината от кредитите се присъждат за присъствие на лекции и упражнения, а другата половина от извършване на текущ контрол и извънаудиторна заетост. Текущата оценка се формира като сбор на съотношенията от оценките от текущия контрол 2/5 (40%) и от общата оценка на дейностите и разработките от извънаудиторната заетост 3/5 (60%). Изпитът е писмен. Той включва изпитни билети с по 2 въпроса от конспект. Всеки студент разработва писмено и двата въпроса от изтеглените. Оценката се формира средноаритметично от оценките (най-малко Среден 3) на всеки един от двата въпроса. При оценка Слаб 2 на един от въпросите, изпитната оценка също е Слаб 2. Крайната оценка се формира както следва: 2/5 (40%) от текущата оценка (1, 2, 3 от таблицата по-долу) и 3/5 (60%) от оценката на писмения изпит

АНАТОМИЯ НА ДВИЖЕНИЯТА НА ЧОВЕКА С КИНЕЗИОЛОГИЯ I част

ECTS кредити: 5.0

Седмичен хорариум: 2л+0су+0лу+1пу

Форма за проверка на знанията: текуща оценка

Статут на дисциплината: задължителна

Вид на изпита: писмен и устен

Семестър: първи

Методическо ръководство:

Катедра: Спорт и кинезитерапия

Факултет по обществено здраве и спорт

Лектор:

доц. д-р Мария Гикова

НСА „Васил Левски” – София

Gsm: 0898 77 65 97

Асистент:

ас. Мария Кокова

тел: 0896733471

Анотация:

Студентите получават функционално-анатомични фундаментални знания. Двигателният апарат се разглежда с наблягане на кинезиологичните характеристики. Материалът е съобразен с изискванията на клиничните и специални дисциплини.

В първа част на дисциплината студентите получават знания върху функционалната анатомия и кинезиология, в контекста на системна обвързаност, основни понятия, анатомическа терминология, понятие за топографска анатомия и т.н. Следват познания върху оси и равнини на тялото, двигателен апарат като цяло, активна и пасивна част, свързване между костите и структурна организация на скелетните мускули.

Съдържание на учебната дисциплина:

Остеология, костна тъкан, видове кости. Функция на костите, кинематични звена. Произход и развитие на костите. Процеси на стареене. Кости на гръбначен стълб. Кости на гръден кош. Череп. Кости на горен крайник. Кости на долен крайник. Костите като лостови системи. Кинематични звена на двигателния апарат. Анатомични предпоставки за травматизъм. Мускулен апарат, особености на мускулното действие – придружаващи движения, активна и пасивна мускулна недостатъчност, парадоксално действие на мускулите. Мускулна синергия: агонисти, антагонисти, фиксатори, неутрализатори. Мускули на глава, шия и туловище – залавни места, функции и инервация. Анатоомо-функционален анализ на движенията на гръбначен стълб.

Технология на обучението и оценяването:

Лекционният курс се провежда с помощта на мултимедия, анатомични молажи и постерни табла. Практическите упражнения се провеждат в Центъра за функционални изследвания в спорта и кинезитерапията с изокинетична динамометрия, кинезиологична ЕМГ и пр. Текущите оценки се формират на базата на един или два теста и участие в практическите упражнения..

СПИРОЕРГОМЕТРИЯ ,ИЗОКИНЕТИЧНА ДИНАМОМЕТРИЯ,КИНЕЗИОЛОГИЧНА ЕЛЕКТРОМИОГРАФИЯ

ECTS кредити:	8,0	Седмичен хорариум:	2л+0с+0у+4пу
Форма на оценяване:	изпит	Статут на дисциплината:	задължителна
Семестър:	I		

Методическо ръководство:

Катедра Спорт и кинезитерапия
Факултет „Обществено здраве и спорт”

Лектор:

доц. д-р Невена Стоянова Пенчева

Тел.: 0899 147 701,

E-mail: npencheva@swu.bg

Гл. асистент: Кристина Живкова Грънчарска

Тел.: 0878 755 006,

E-mail: k_grancharska@swu.bg

Ас. Мария Кокова, PhD

Тел.: 0896 73 34 71,

Катедра:

„Спорт и кинезитерапия”

„Спорт и кинезитерапия”

„Спорт и кинезитерапия”

Анотация:

Целите на дисциплина са насочени към придобиване на теоретични и практически познания и умения от студентите върху функционалните изследвания на кардиореспираторната система и опорно-двигателния апарат чрез оценка на биомеханични, физиологични и електрофизиологични параметри. Основните контингенти, с които се провеждат функционалните изследвания са здрави нетренирани лица и спортисти от различни дисциплини. Основните модули на курса са отразени в наименованието на дисциплината. В него лекционният материал е ограничен в полза на практическите занятия, с оглед да се даде възможност чрез лабораторни упражнения да се получат експериментални данни чрез приложение на различни методологии, които да бъдат анализирани и дискутирани. Ето защо целите на обучението по отделните модули се постигат преимуществено чрез практическите занятия. Поради по-ограниченото присъствие на дисциплини свързани с функционални изследвания, в бакалавърските специалности, които кандидатстват за тази магистърска програма, лекционният хорариум е завишен

Съдържание:

Модул спироергометрия обхваща: - функционалните промени в дихателната и сърдечно-съдовата система при физическо натоварване; - методите за определяне на VO_{2max} и тяхното приложение; - методологията на спироергометричното директно определяне на VO_{2max} и оценката на параметрите, които се измерват и изчисляват; - методите за индиректно определяне на VO_{2max} , техните ограничения и предимства. Модул изокинетична динамометрия обхваща: - роля на скелетните мускули за човешкото движение и генериране на различни видове сила в контекста на субклетъчната структурна организация на мускулите и типовете мускулни съкращения; - характеризирание на динамометрията като методология за измерване на сила, както и параметрите свързани с нея – работа, мощност и пр.; - методологията на изокинетичната динамометрия за оценка на мускулния перформанс и мускулната функция; - описание и оценка на параметрите, които се измерват и изчисляват чрез изокинетична динамометрия; - изследователски и приложни аспекти на изокинетичната динамометрия в спорта и кинезитерапията. Модул кинезиологична ЕМГ обхваща: на ЕМГ при проучванията върху нервно-мускулния перформанс; - връзката между физиологичния сигнал и регистрирания ЕМГ сигнал; - разбиране на проблема доколко достоверността на ЕМГ сигнал може да си повлияе от различни фактори: вътрешни за мускула и такива, които се контролират от

изследващото лице; - описание на характеристиките на записващата техника, честотните и амплитудни характеристики на сигнала; - оценка на значението на ограниченията на прилаганата ЕМГ при оценката на нервно-мускулния контрол; - изясняване на факторите, които повлияват валидността и надеждността на измерванията, получени с ЕМГ-та техника; - регистрацията и интерпретацията на миограми при статично, динамично и изокинетично натоварване.

Технология на обучение и оценяване:

Лекционният материал се преподава на мултимедия. Практическите лабораторни упражнения се провеждат в центъра за функционални изследвания в спорта и кинезитерапията. В края на семестъра студентът получава текуща оценка, базирана на участието му в практическите занятия и оценки от 2 теста или контролни работи, с които се явява на изпит (писмен и устен). Представяне на реферати също се прилага като допълнителна форма за текущ контрол.

МЕТОДОЛОГИЯ НА КИНЕЗИОЛОГИЧНИ ИЗСЛЕДВАНИЯ И НЕПАРАМЕТРИЧНА СТАТИСТИКА

ECTS: 5.00

Седмичен хорариум: 2л+0су+0лу +2пу

Форма на оценяване: изпит

Статут на дисциплината: задължителна

Методическо ръководство:

Катедра „Информатика”

Природо математически факултет

Лектори:

доц. д-р Елена Карашранова

e-mail: helen@swu.bg;

Анотация:

Курсът по дисциплината „Научни изследвания и непараметрична статистика” е разработен като базов курс по приложна статистика и специфика на научните изследвания в кинезиологията. Особено място е отделено на непараметричните статистически методи и приложението им в анализа на данни от изследвания в кинезиологията.

Включва теоретичните основи и многобройните приложения на непараметричните статистически методи,

както и възможностите за реализация на част от тези процедури със средствата на Информационните технологии.

Структурата и съдържанието на курса са съобразени с познанията на студентите по информационни технологии, получени в съответните курсове. Тематиката е свързана с всички дисциплини, при които се налага анализ на емпирични данни.

Съдържание на учебната дисциплина:

Методи на научното изследване. Характерни особености на съвременната наука; разработване на идеен проект за изследване; специфика на емпиричните изследвания в кинезиологията; извадкови разпределения и числови характеристики; непараметрични критерии за изследване вида на разпределението, за сравняване на извадкови средни; непараметрични методи за изследване на разсейване; изследване на зависимости; методика и технологии за статистически анализ на данни.

Технология на обучението и оценяване:

В лекционния курс преподавателят представя на студентите освен теоретичните постановки по различните теми и приложението им в научните изследвания, и реализирането им в избрана софтуерна среда за статистически анализ на данни.

По време на практическите упражнения студентите обсъждат темите под ръководството на преподавателя, като прилагат наученото при работа с избраното приложение. Обосновава се конкретен експеримент, моделът на данните и съответните статистически процедури.

В предвидените часове за извънаудиторна заетост се включва разработване на курсов проект, работа в библиотека и със съответно софтуерно приложение.

През семестъра студентите участват в обосновката на изучаваните процедури и самостоятелно решават конкретни задачи в изучаваната система.

Семестриалният изпит се състои в разработване и защита на проект и тест.

СОЦИАЛНИ АСПЕКТИ НА ДВИГАТЕЛНАТА АКТИВНОСТ И СПОРТА

ECTS кредити: 4.0

Форма за проверка на знанията: текущ контрол

Седмичен хорариум: 2л+1су+0лу+0пу

Статут на дисциплината: задължителна

Вид на изпита: писмен

Семестър: първи

Методическо ръководство:

катедра Медико-социални науки

Факултет „Обществено здраве и спорт“

Лектор:

Проф. д-р Париз Паризов

e-mail: p_pargozov@swu.bg

Анотация:

Курсът „Социални аспекти на двигателната активност и спорт“ е включен в учебния план на магистърската програма „Спортна кинезиология“ за студенти завършили специалността „Педагогика на обучението по физическо възпитание“.

Цел на дисциплината:

Целта на дисциплината е да осигури необходимите предпоставки за реализиране на новите социални функции на физическото възпитание и спорта, произтичащи от съвременните условия на живот.

Задачи:

Планомерно реализиране на основните социално функции на физическото възпитание и спорта и интензифициране на процесите на цялостното управление на физическото възпитание и спорта за пълноценна подготовка и реализация на подрастващите.

· Формиране на собствен двигателен опит и прерастването му в самостоятелна двигателна и спортна дейност.

· Повишаване на качеството и ефективността на учебния процес на равнище спортен педагог и проследяване на ефективността на въздействие върху комплексното развитие на подрастващите.

· Осъществяване на сравнителен анализ на постиженията в двигателен, здравно-функционален и личностен аспект.

Съдържание на учебната дисциплина:

Въведение в дисциплината; Спорт и двигателна активност описания и др; Влияние на религията, расата и етническата принадлежност върху спорта; Спорт и рекреация; Роля на туризма в човешкия организъм.

Технология на обучението и оценяване:

Традиционни методи, аудиовизуални средства, рефлексивни техники и самостоятелна работа върху литературен материал, Интернет. Изпитът е писмен, провежда чрез разработване на въпроси, включващи основни понятия, механизми, схеми,.

АНАТОМИЯ НА ДВИЖЕНИЯТА НА ЧОВЕКА С КИНЕЗИОЛОГИЯ II част

ECTS кредити: 4.0

Седмичен хорариум: 2л+0су+0лу+1пу

Форма за проверка на знанията: текуща оценка

Статут на дисциплината: задължителна

Вид на изпита: писмен и устен

Семестър: втори

Методическо ръководство:

Катедра: Спорт и кинезитерапия

Факултет по обществено здраве и спорт

Лектор:

доц. д-р Мария Гигова

НСА „Васил Левски” – София

Gsm: 0898 77 65 97

Асистент:

ас. Мария Кокова

тел: 0896733471

Анотация:

Във втората част на дисциплината студентите получават знания върху мускули на горен и долен крайник, кинезиологични анализи на движенията, кардиореспираторната система като лимитиращ фактор на физическите натоварвания. адаптационни морфологични изменения при физическа активност, както и аспекти на управлението на движенията. Следва кинезиологичен анализ на елементарни и сложни двигателни действия.

Съдържание на учебната дисциплина:

Мускули на горен крайник – залавни места, функции и инервация. Кинезиологични анализи на движенията в ставите на горен крайник и раменен апарат като цяло. Мускули на долен крайник – залавни места, функции и инервация. Свод на ходилото. Кинезиологичен анализ на движенията в ставите и долен крайник, на ходене и клякане – изправяне. Кардиореспираторната система като лимитиращ фактор на физическите натоварвания. Адаптационни морфологични изменения при физическа активност. Анатомио-функционални аспекти на управлението на движенията. Движението като процес на управление, НС като управляващо звено, тялото като управляемо звено. Външен и вътрешен кръг на управление, права и обратна връзка. Кинезиологичен анализ на елементарни движения и сложни двигателни действия – алгоритъм. Анализ на сложни двигателни действия – ходене, бягане, клякане-изправяне, повдигане на горния крайник до вертикално положение – антефлексия и абдукция. Съвременни методи за анализ и моделиране на двигателния апарат. Вътрешно и външно силово поле.

Технология на обучението и оценяването.

Лекционният курс се провежда с помощта на мултимедия, анатомични молажи и постерни табла. Практическите упражнения се провеждат в Центъра за функционални изследвания в спорта и кинезитерапията с изокинетична динамометрия, кинезиологична ЕМГ и пр. Текущите оценки се формират на базата на един или два теста и участие в практическите упражнения..

БИОХИМИЯ НА ФИЗИЧЕСКИТЕ НАТОВАРВАНИЯ

ECTS кредити: 3.0

Форма на оценяване: писмен изпит

Седмичен хорариум: 2л+0с+0у+1пу

Статут на дисциплината: задължителна

Форма за проверка на знанията: текуща оценка

Семестър: първи

Статут на дисциплината: задължителна

Методическо ръководство:

Катедра: Спорт и кинезитерапия

Факултет по обществено здраве и спорт

Лектор:

ас. д-р М. Кокова

Тел.: 0896733471

Анотация:

„БИОХИМИЯ НА ФИЗИЧЕСКИТЕ НАТОВАРВАНИЯ” е дисциплина с фундаментален характер, която се изучава с цел придобиване на основни знания за функциите на всички енергодоставящи системи в организма в състояние на покой и при физическо натоварване. В разделите на програмата най-напред се разглеждат основните понятия от енергетиката във връзка с един общ поглед върху обмяната на веществата, като ударението се поставя върху главните катаболитни енергодоставящи пътища. Разглеждат се клетъчните структури, свързани с енергийната обмяна и охарактеризиращи мускула като една автоматична саморегулираща се машина. Специално внимание е отделено на най-важните от конкретната гледна точка структурни белтъци, на обмяната на белтъците, както и на кардиналния въпрос за биологичната пълноценност на белтъците. Енергийните потребности от въглехидрати са разгледани с оглед както на регулацията на гликемията, така с оглед захранването с въглехидрати при различните физически и спортни натоварвания. Особено внимание е отделено на липидната обмяна с оглед на здравните вредности от употребата на наситените мазнини, маргарини и богати на холестерол продукти. На ролята на витамините и минералите като регулатори на обменните процеси и като участници в антиоксидантната защита и в редица физиологични процеси е отделена специална тема. Накрая се разглежда мускулната умора и възстановяването във връзка с използването на разрешени средства за намаляване на умората и ускоряване на възстановяването.

Съдържание на учебната дисциплина:

Обучението обхваща следните аспекти: - Енергетика – основни понятия; - Клетъчна структура и клетъчна енергетика; мембранни структури;; - Метаболизъм – катаболитни и анаболитни пътища; - Енергоосигуряване на скелетния мускул; червени и бели мускулни влакна; - Енергийни нужди от протеини, липиди и въглехидрати в покой и при натоварване; антиоксиданти и витамини.

Технология на обучението и оценяването:

Лекционният курс се провежда с помощта на мултимедия, а лабораторните упражнения се провеждат в центъра за функционални изследвания в спорта и кинезитерапията. Текущите оценки се формират на базата на един или два теста и практически упражнения.

БИОСТИМУЛИРАНЕ В СПОРТА

ECTS кредити:	2,0	Седмичен хорариум:	1л+1с+0у+0пу
Форма на оценяване:	изпит	Статут на дисциплината:	задължителна
Семестър:	I		
Методическо ръководство:			
Катедра Спорт и кинезитерапия Факултет „Обществено здраве и спорт”			
Лектор:		Катедра:	
Проф. Иван Топузов, д.м., д.п.н.		„Спорт и кинезитерапия”	
Тел.: 0899 147 701,			
Е-mail: ivan_topouzov@swu.bg			
Гл. асистент: Кристина Живкова Грънчарска		„Спорт и кинезитерапия”	
Тел.: 0878 755 006,			
Е-mail: k_grancharska@swu.bg			

Анотация:

Дисциплината *Биостимулиране в спорта* запознава студентите с функционирането на храносмилателната система, храносмилането и обмяната на веществата при физическа активност и спорт. Разглеждат се хранителните вещества, енергийният и качествен състав на храните. Специално внимание се отделя на т.н. “функционални храни” (антиоксиданти и пробиотици) и наличните хранителни добавки на българския фармацевтичен пазар. Усвояват се принципите за изготвянето на хранителни рациони, правилата за разделно и хипоенергийно хранене, както и храненето при спортисти от различни спортове, дисциплини и категории. Изучават се методите и средствата за биостимулиране и възстановяване на спортистите, вкл. опасността от прилагането на допинги.

Съдържание:

Функциониране на храносмилателната система, храносмилането и обмяната на веществата при физическа активност и спорт. Енергиен баланс. Спортен целулит. - Хранителните вещества като източник на енергия и информация. Енергиен и качествен състав на храната. Хранителни вещества. Хранителни продукти. Таблици за състава и съдържанието на хранителните продукти. - Функционални храни. Витамини, минерални вещества и вода. Оксиданти и антиоксиданти. Пробиотици. Хранителни добавки на българския фармацевтичен пазар. - Хранене в спорта. Принципи при изготвяне на хранителни рациони. Разделно и хипоенергийно хранене. Хранене при спортисти от различни спортове, дисциплини и категории; нормативи. - Биостимулиране на организма – методи и средства. -Методи и средства за възстановяване при спортистите. Допинги.

Технология на обучение и оценяване:

Студентите се въвеждат в съвременните теоретични постановки за храненето и биостимулирането чрез лекции и семинарии. Провеждат се едно или две контролни работи за текуща оценка. Крайното оценяване се провежда с писмен изпит.

ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ, ЗДРАВЕ, ЗАБОЛЕВАЕМОСТ И ЕРГОТЕРАПИЯ

ECTS кредити: 2.0

Форма за проверка на знанията: текуща оценка

Седмичен хорариум: 1л+1су+0лу+0 пу

Статут на дисциплината: задължителна

Вид на изпита: писмен и устен

Семестър: втори

Статут на дисциплината: задължителна

Методическо ръководство:

Катедра: Спорт и кинезитерапия

Факултет по обществено здраве и спорт

Лектор:

Проф. Иван Топуззов, д.м., д.п.н.

Тел.: 0899 147 701,

E-mail: ivan_topouzov@swu.bg

Гл. асистент: Кристина Живкова Грънчарска

Тел.: 0878 755 006,

E-mail: k_grancharska@swu.bg

Катедра:

„Спорт и кинезитерапия”

„Спорт и кинезитерапия”

Анотация.

Дисциплината „ФИЗИЧЕСКА АКТИВНОСТ, ЗДРАВЕ, ЗАБОЛЕВАЕМОСТ И ЕРГОТЕРАПИЯ” запознава студентите с формулировките и значението на здравето, системите за оценяване на здравето и неговите степени. Разглеждат се граничните състояния в здравето. Специално внимание се отделя на влиянието на различните видове физическа активност върху здравето и опасността от възникване на заболявания при несъобразени с индивидуалните възможности натоварвания, в т.ч. пренапрежение, микро и макротравматизъм. Спортът за здраве се разглежда като средство за укрепване на организма и профилактика на стреса и заболяванията. Изучават се ролята и задачите на ерготерапията при рехабилитацията на заболявания и увреждания, вкл. получени в резултат на физическа активност и спорт.

Съдържание на учебната дисциплина:

Здраве и заболявания – определения, характеристики. Понятие за здравно обслужване. Структура и тенденции в динамиката на заболяемостта в България, Европа и останалия свят. Физическата активност и връзката ѝ със здравето и заболяванията. Оксидативен стрес и спорт. Заболявания от спортно пренапрежение, микро- и макро-травматизъм. Природните средства и спортът като средство за укрепване на организма и профилактика на стреса и заболяванията. Влиянието им върху имунитета и закаляването. Роля и задачи на ерготерапията при рехабилитацията на заболявания и увреждания, вкл. получени в резултат на физическа активност и спорт. ЛОДИ–моделът - приложение в кинезиологичната практика. Адаптирана физическа активност и спорт при рехабилитация на хората с хронични заболявания и увреждания. Роля на изкуството (артерапия) в рехабилитацията на деца и възрастни. Значение на анимацията и супервизията за кинезиологията, кинезитерапията и рехабилитацията.

Технология на обучението и оценяването:

Лекционният курс се провежда с помощта на постерни табла, както и семинарните упражнения. Текущите оценки се формират на базата на един тест и участие в семинарните занятия.

КЛАСИЧЕСКИЯ ЕКЗЕРСИС

ECTS кредити: 2.0

Форма на оценяване: изпит

Семестър: I/II

Седмичен хорариум: 1л+0с+1у+0пу

Статут на дисциплината: избираема

Методическо ръководство:

Катедра Хореография

Факултет по изкуствата

Лектор:

проф. д-р Анелия Янева

Анотация:

Студентите се запознават и усвояват основни движения от областта на класическия танц.

В лекционния курс студентите записват и анализират основни изисквания при изпълнението на изучаваните движения – евентуални грешки и задължителни условия за правилното усвояване на движенията.

В упражненията студентите овладяват основни елементи от класическия танц, разположени в три групи – движения на станка, движения на среда, скокове.

Съдържание на учебната дисциплина:

Анализ и начини на усвояване на ходове и скокове, подготвящи изучаването на елементи от класическия танц. Анализ и начини на усвояване на движения за ритмика. Анализ и начини на усвояване на движения за партньорство. Анализ и начини на усвояване на движения за сценичен рисунок. Анализ и начини на усвояване на елементарни движения от класическия танц. Ходове и скокове, подготвящи изучаването на елементи от класическия танц - Temps leve saute; Changement de pied; Pas echarpe; Движения за ритмика – пляскания в различни тактови размери, като се акцентира върху различно време от такта; съчетания на различни пляскания с определени ходове. Движения за партньорство – Pas chasse, pas ebmoite, изучаване на полка, валс. Движения за сценичен рисунок – комбинации, развивани по диагонал, кръг, в две редици. Елементарни движения от класическия танц.

Технология на обучението и оценяване:

От методична гледна точка материалът е групиран в раздели. Курсът има за цел да запознае студентите със знания за движенията от сферата на класическия танц; принципите и спецификата на изпълнение на движения от сферата на класическия танц; да опознаят изискванията за разработване на движения от сферата на класическия танц; да овладеят и да са в състояние самостоятелно да прилагат комбинации изградени от движения от сферата на класическия танц.

Дисциплината завършва с изпит в края на семестъра, като при оформяне на окончателната оценка се отчитат оценките от двете контролни упражнения и самостоятелната работа на студентите.

ФОЛКЛОРНИ ТАНЦИ

ECTS кредити: 2.0

Форма на оценяване: изпит

Семестър: I/II

Методическо ръководство:

Катедра Хореография

Факултет по изкуствата

Седмичен хорариум: 1л+0с+1у+0пу

Статут на дисциплината: избираема

Лектор:

проф. д-р проф.Н.Цветков

E-mail: tsvetkov_n@swu.bg

Анотация:

Дисциплината “Български народни танци” съдържа общ преглед на българския танцов фолклор. Дават се исторически сведения за българските народни танци. Изучават се фолклорни танцови образци от всички етнографски области, с цел запознаване със стила и характера на изпълнение. В лекционния курс са включени теми от областта на българската етнохореология. В упражненията студентите овладяват различни образци от българския танцов фолклор.

Съдържание на учебната дисциплина:

Общ преглед на българския танцов фолклор. Исторически сведения за българските народни танци. Танцът като обществено развлечение. Обредна танцова култура. Обредни танци от календарния цикъл. Обредни танци от семейния цикъл. Женски обредни танци. Момински и женски обредни танци. Мъжки обредни танци. Усвояване на танцови образци от Северняшката фолклорна област. Усвояване на танцови образци от Шопската фолклорна област. Усвояване на танцови образци от Тракийската фолклорна област. Усвояване на танцови образци от Пиринската фолклорна област. Усвояване на танцови образци от Добруджанската фолклорна област.

Технология на обучението и оценяване:

Курсът е изграден от лекции, упражнения и самостоятелна извънаудиторна работа на студентите. Лекционният курс се осъществява по традиционния начин, като се подкрепя с хореографски примери. Поставят се задачи за самостоятелна работа или работа в екип в извънаудиторната заетост. Упражнения по предварително зададени въпроси, допълващи лекционния материал. Провеждат се в танцова зала с корепетитор. Като следват технологията разработена и демонстрирана на лекциите и упражненията се подготвят самостоятелно за контролна работа.

Дисциплината завършва с изпит - писмен и практически в края на семестъра. Окончателната оценка отчита резултатите от текущия контрол и изпита (писмен и практически), в съотношение 6:4.

ХАРАКТЕРНИ ТАНЦИ

ECTS кредити: 2.0

Форма на оценяване: изпит

Семестър: I/II

Седмичен хорариум: 1л+0с+1у+0пу

Статут на дисциплината: избираема

Методическо ръководство:

Катедра Хореография

Факултет по изкуствата

Лектор:

доц. д-р Петър Петров

E-mail: poterov @swu.bg

Анотация:

Курсът по характерни танци е насочен към обогатяване и разширяване познанията по хореография на бъдещите специалисти и запознаване със стила и характера на танците на различните народи. В процеса на обучението студентите развиват импровизаторските си способности чрез създаване на вариации и нови разработки върху различни танцова теми.

Фундаменталният характер на дисциплината обуславя предназначението на предложената учебна програма да даде основни знания на студентите от специалността върху функциите на всички физиологични системи в живия организъм на човека, както в състояние на покой, така и при физическо натоварване. Изучаването на характерните танци се явяват предпоставка за физиологични основи при изграждането на двигателен навик.

Съдържание на учебната дисциплина:

Възникване на характерните танци и същност на термина характерен танц. Основни изисквания за построение на характерния екзерсис. Основни изисквания при построението на танцов етюд. Дидактически принципи на методическото разпределение на учебния материал. Прилики и разлики в танцовите движения, рисунъка и костюмите на различните народни танци. Станиславски за позата, жеста и мимиката. Методи на обучение. Методи на усвояване на изучавания материал. Разучаване на основни движения от различни национални танци. Разучаване на упражнения от характерния екзерсис. Разучаване на упражнения по системата на Станиславски за овладяване на двигателния контрол за движението, позите, жестовете и дишането. Разучаване на примерни танцови етюди в характера на три националности съобразени с моментните възможности на студентите.

Технология на обучението и оценяване:

Лекционният курс се провежда по традиционно утвърдения начин. Съществува готовност за мултимедийно представяне на курса и видео материали, ако ни бъде предоставена такава техника. Практическите упражнения се провеждат в подходящи зали оборудвани със станки и огледала. Занятията се съпровождат с корепетитор или с аудио техника.

Дисциплината завършва с изпит - писмен. Той обхваща 2 теоретични въпроса от конспект.

ПИАНО

ECTS кредити: 2.0

Форма на оценяване: текуща оценка

Семестър: I/II

Седмичен хорариум: 1л+0с+1у+0пу

Статут на дисциплината: избираема

Методическо ръководство:

Катедра Музика

Факултет по изкуствата

Лектор:

доц. д-р Мария Горанова

E-mail: maria_g@swu.bg

Анотация:

Дисциплината „Пиано” е избираема и предназначението на предложената учебна програма е да даде основни знания на студентите по отношение връзките - музикален слух – пръстово-двигателни умения и навици. В краткия курс на обучение се засягат въпросите за музикалния слух и неговото активно проявление в процеса на свирене на пиано. Обръща се внимание върху изграждането на елементарни пръстово-двигателни и мануални пианистични умения, чрез използването на различни метроритмични и песенни образци. Дава се възможност на студентите да импровизират индивидуално и по двойки различни ритмични и звукови конструкции като израз на полярни и близки емоционални състояния.

За обучението е необходимо студентът да притежава елементарен музикален слух.

Съдържание на учебната дисциплина:

Музиката като вид изкуство. Елементи на музикалната изразност. Запознава не с нотописа. Запознаване с клавиатурата на пианото. Детската песен – израз на отношение и емоции. Основни и производни степени на звукореда. Знаци за алтерация. Проблеми, възникващи при

свиренето по слух и свиренето по ноти. Ансамбловото свирене. Видове и необходими умения. Изпълняване слухоподражателно на различни ритмични и мелодични последования. Натрупване на умения за оценка на чуждо и свое точно изпълнение. Изпълнение на различни ритмични последования по нотен запис. Запознаване с клавиатурата на пианото и някои основни елементи на постановката при свирене. Свирене по слух на познати мелодични последования и елементарни детски песни. Четене и свирене на нотен текст. Ансамбловото свирене и импровизиране

Технология на обучението и оценяване:

Лекционният курс се провежда по традиционно утвърдения начин с използването на множество схеми, таблици и илюстриране с музика „на живо”. Практическите упражнения се провеждат в кабинет с две пиана.

В края на семестъра студентът получава текуща оценка, базирана на оценки 1 теста и оценка от тематична разработка/ реферат.

ГРАФИКА И РИСУВАНЕ

ECTS кредити: 2.0

Форма на оценяване: текуща оценка

Семестър: I/II

Седмичен хорариум: 1л+0с+1у+0пу

Статут на дисциплината: избираема

Методическо ръководство:

Катедра Изобразително изкуство

Факултет по изкуствата

Лектор:

проф. д-р Георги Драчев

E-mail: georgi_drachev@swu.bg

Анотация:

Курсът по Рисуване и Графика дава комплексни познания, предимно практически от областта на рисуването и графиката. Тази учебна дисциплина е основна в обучението на студентите от областта на изобразителното изкуство. Чрез нея студентите изграждат технически умения свързани с различните видове рисунки и графични техники.

Лекционният курс е свързан с основни проблеми, изразни средства и понятия от областта на рисуването и графиката в исторически и съвременни аспекти. Застъпени са някои основни теоретични понятия, които се използват и в практическите дейности.

Практическият курс по рисуване е свързан с учебните дисциплини: Живопис, Пластична анатомия, Моделиране, История на изобразителното изкуство и др. Рисуването и Графиката се определят като допълнителна учебна дисциплина за учебния процес на специалност Спортна кинезиология.

Съдържание на учебната дисциплина:

Същност и функции на графичната рисунката. Видове рисунки. Основни закономерности при използване на светлосянката в графичната рисунка. Начини за изграждане на обема чрез нея. Особености при графичната рисунка на натюрморт и пейзаж. Особености при графичната рисунка на фигура. Основни закономерности. Видове графични рисунки според материалите и техниките. Изразни средства в графичната рисунка. Личен стил и разнообразие в графичната рисунка. Алтернативни неконвенционални форми за рисуване. Рисунка на натюрморт по натура. Конструктивно и тонално изграждане на рисунката. Рисунка на пейзаж по натура. Използване на перо, туш и четка. Етюд на полуфигура. Конструктивно и тонално изграждане на рисунката. Изпълнение с въглен. Етюд на цяла фигура. Линеарна рисунка изпълнена с въглен. Монотипия на натюрморт – рисунка по натура. Изпълнена в два цвята.

Технология на обучението и оценяване:

Организацията на обучението по рисуване се осъществява чрез кратък лекционен курс. На практическите упражнения се проверяват придобитите умения свързани със задачите от лекционния курс и най-вече задачите от практическите упражнения, които са доминиращи, свързани с аудиторна и извънаудиторна дейности.

В края на семестър студентите завършват с текущ контрол. Той се осъществява чрез оценяване на всяка постановка през семестъра и определяне на една от тях като изпитна в края на семестъра

ЖИВОПИС

ECTS кредити: 2.0

Форма на оценяване: изпит

Семестър: I/II

Седмичен хорариум: 1л+0с+1у+0пу

Статут на дисциплината: избираема

Методическо ръководство:

Катедра Изобразително изкуство

Факултет по изкуствата

Лектор:

проф. д-р Емил Куков

E-mail: emil_kukov @swu.bg

Анотация:

Целта на дисциплината “Живопис” е да даде определена система от знания по теория на живописата и необходима изобразителна грамотност за успешно изграждане на живописни творби, да развие зрително-моторна координация при работа с материали и техники. В тази дисциплина се дават знания относно технологията на живописата, знания за композиционното, рисунъчно, светлосянъчно, и цветово обемно-пространствено изграждане на натурата със специфичните за живописата изразни средства, знания за пропорциите и пластиката на човешкото тяло, знания за изграждане на пространството чрез законите на линейната и въздушна перспектива.

Съдържание на учебната дисциплина:

Цветни хармонии и взаимодействие на цветовете /индукция/. Контраст. Манипулативни действия с живописните материали. Изграждане на двигателен навик при композиционно изграждане на натюрморта. Технологични особености на акварелната техника (мокро в сухо). Смесване на цветовете. Рисунъчно и светлосянъчно обемно изграждане на натюрморта. Пространствено изграждане. Технологични особености на акварелната техника (мокро в мокро). Пропорции и пластично изграждане на глава с живописни средства. Технологични особености на темперната техника. Локални стойности и материалност при живописване на човешка фигура от натура. Технологични особености на маслената техника. Натюрморт от битови предмети и цветя с цветна драперия в контрастна гама. Хартия, акварел и др. живописни материали (пастел – сух, мазен). Натюрморт от ръбести предмети, гипсов орнамент и драперия в монохромна гама. Хартия, акварел (мокро в сухо). Натюрморт с битови предмети и гипсова глава с драперия в топла гама. Хартия, акварел (мокро в мокро). Ескизен етюд на човешка глава (цветен фон с драперия). Ескизен етюд на облечена женска фигура (седнала) на цветен фон.

Технология на обучението и оценяване:

Методите за поднасяне на лекционния материал са лекция, дискусия, беседа, онагледяване (репродукции на художествени произведения, студентски етюди от фонда др.), интерпретация, оценяване и текущ контрол и демонстрации и корекции (при практическите упражнения). Използваната техника за онагледяване е видео (над 200 видеофилма по изобразително

изкуство), DVD, мултимедия (портативен компютър с мултимедиен видеопроектор), аспектот (с 4000 диапозитива по изобразително изкуство).

Окончателната оценка е функция от средноаритметична сборна оценка от текущия контрол, получен семестър и от писмения изпит. Тя отчита резултатите от текущия контрол и оценката от изпита в съотношение 4:6 условни части.

СКУЛПТУРА

ECTS кредити: 2.0

Форма на оценяване: изпит

Семестър: I/II

Седмичен хорариум: 1л+0с+1у+0пу

Статут на дисциплината: избираема

Методическо ръководство:

Катедра Изобразително изкуство

Факултет по изкуствата

Лектор:

проф. Димитър Сотиров

Анотация:

Курсът по “Скулптура” е ориентиран към разкриване на пространствените проблеми, свързани с пластичния език на изобразителните изкуства. Целта на дисциплината “Скулптура” е да даде колкото може по-богата пластична култура. Обучението се извършва в две направления: пластично овладяване на релефа и човешкото тяло. В упражненията студентите овладяват пластично изграждане на човешкото тяло, композиционното изграждане в скулптурата, запознаване със ситуиране на скулптурата в пространството, получаване на една добра пластична култура.

Съдържание на учебната дисциплина:

Що е моделиране? Пособия, инструменти и материали. Моделиране на глава от натура. Релефно изграждане на композиция. Композиция - видове релеф. Жанрове в скулптурата. Видове материали. Голо тяло - натура и етюд. Що е скулптура? Историческо развитие. Моделиране на класически релеф по гипсова отливка. Моделиране на човешка глава от гипсова отливка. Моделиране на фигура.

Технология на обучението и оценяване:

Обучението по скулптура включва лекции и практически упражнения. Основната форма е “скулптура по натура” и свободно пресъздаване на натурата в скулптурни форми. Използват се голям брой репродукции на художествени произведения за онагледяване на учебния процес. Крайната оценка е резултат от текущия контрол и от изпитната оценка. Практическата насоченост на дисциплината определя да се приеме отношение 4:6 между относителният дял на изпитната оценка и текущия контрол.

ПРИЛОЖНИ ИЗКУСТВА

ECTS кредити: 2.0

Форма на оценяване: изпит

Семестър: I/II

Седмичен хорариум: 1л+0с+1у+0пу

Статут на дисциплината: избираема

Методическо ръководство:

Катедра Изобразително изкуство

Факултет по изкуствата

Лектор:

доц. д-р Здравка Стойкова Лисийска

Анотация:

Дисциплината има за цел да даде някои основни знания от областта на приложните изкуства и да формира у студентите определени художествени умения на начално ниво, гарантиращи практическото изпълнение на художествено-естетически задачи.

Съдържание на учебната дисциплина:

Определение и същност на приложното изкуство. Типология. Двигателен контрол на финните движения и специфичните особености на изобразителната дейност в приложното изкуство. Материали и техники при проектирането. Декоративни техники за обработка на текстилните материали като фактори за развитие моториката на ръцете. Декоративни техники при работа с хартия кожа и фурнири; Декоративни техники като ерготерапия при работа с пластични материали. Двигателни умения при проектиране на декоративна композиция с помощта на монотипия. Двигателни навици при изработване на декоративна композиция с вихрови повърхнини. Изработване на утилитарен предмет с помощта на пачуърк, апликация или колаж – елементи на трениране за прецизност и точност. Изработване на декоративен предмет с помощта на техника макраме. Изработване на декоративна композиция чрез плоска и релефна апликация. Двигателна активност на пръсти и китка при изработване на художествено- утилитарен предмет с помощта на техниката папие маше. Специфика на двигателната дейност при изработване на сувенир или допълнение на облеклото чрез пластични материали.

Технология на обучението и оценяване:

Лекционният курс се провежда по традиционно утвърдения начин с използването на множество схеми, таблици, рисунки и скици за онагледяване. В преподаването се използват примери от дългогодишната експериментално-изследователска дейност на титуляра на дисциплината. Практическите упражнения се провеждат в кабинет по дизайн с осигурени индивидуални работни места за студентите и възможности за използване на аудио- визуални средства. В края на семестър студентите завършват с изпитна оценка. Той се осъществява чрез оценка на практически задачи и теоретична оценка – писмено по изтеглен от конспекта въпрос.

ВЪВЕДЕНИЕ ВЪВ ВОКАЛНАТА ПОДГОТОВКА

ECTS кредити: 2.0

Форма на оценяване: изпит

Семестър: I/II

Седмичен хорариум: 1л+0с+1у+0пу

Статут на дисциплината: избираема

Методическо ръководство:

Катедра Театрално изкуство

Факултет по изкуствата

Лектор:

доц. д-р Галина Попова
E-mail: galateya@swu.bg

Анотация:

Цел на обучението по вокална подготовка е изграждането на вокална техника (съвкупност от специфични навици и умения) у бъдещите изпълнители – певци. Изграждането на тази техника е процес на целенасочено, волево, овладяване, контрола и автоматизацията на специфична за певческата дейност моторика. Предложената учебна програма е предназначена да осигури на студентите един по-широк поглед в областта на кинезиологията, давайки им знания за една професионална изпълнителска дейност от сферата на изкуството, чиято специфична двигателна страна е обект на изучаване от Арткнезиологията, която не се преподава у нас както и допир до процеса на практическо овладяване на певческата техника.

Съдържание на учебната дисциплина:

Звук – тон и шум – физически характеристики. Устройство и физиология на гласов апарат. Гласообразуващата функция на ларинкса. Ролята на нервната система в гласопроизводството. Фонаторна рефлексна дъга. Вокална телесна схема. Дишането като двигател на гласа. Особенности на певческото дишане. Упражнения за практическо овладяване на певческото дишане. Резонаторна система на човешкия глас. Роля на надглотисовата тръба. Качества на певческия глас – необходимост от вокална техника. Точна интонация. Контрол над постановката на гласа. Координация между мускулни и слухови усещания. Певческа стойка. Специфика при активиране на мускулите на торса, долните крайници и лицевата мускулатура при обучението по вокална постановка. Положение на ларинкса при пеене. Класификация на певческите гласове- показатели. Диапазони, регистри и преходи в женските и мъжките гласове. Изравняван на преходите. Ролята на закриването. Работа на звука при различните гласове, оформяне на тоновете в различните регистри. „Атака” на тона. Видове дефекти в звука и словото и начини за отстраняването им. Висока позиция на звука. Дикция и артикулация в пеенето - специфика. Гласни и съгласни в българския език и място на формирането им в пеенето. Някои лечебни аспекти на звука и пеенето. Кратък исторически преглед на развитието на художественото пеене и вокалната техника. Многообразие на вокалната терминология.

Технология на обучението и оценяване:

Лекционният курс се провежда по традиционно утвърдения начин с използването на множество скици, рисунки и схеми за онагледяване чрез шрайбпроектор или чрез ксерокопия, които се раздават на студентите. Практическите упражнения се провеждат в зала с пиано и голямо огледало. Текущия контрол се базират както на писмени работи, така и на качеството на практическата работа. Окончателната оценка отразява резултатите от текущия контрол и оценката от изпита в съотношение 4:6 условни части.

КИБЕРНЕТИЧНА КИНЕЗИОЛОГИЯ

ECTS кредити: 2.0

Форма на оценяване: изпит

Семестър: I/II

Седмичен хорариум: 1л+1су+0лу+0пу

Статут на дисциплината: избираема

Методическо ръководство:

Катедра „Спорт и кинезитерапия”

Факултет Обществено здраве и спорт

Лектор:

Доц. Стоян Иванов

Анотация:

Учебната дисциплина „Кибернетична кинезиология” прибавя към физиологичните и биомеханични аспекти на изучаване на човешките движения нова теоретична позиция. Тя цели да запознае студентите най-напред с принципите и закономерностите на функциониране на сложните динамични системи на управление. Тези знания имат фундаментален характер за опознаване на механизмите на двигателната координация, нейната структура и процесите на развитие в онтогенезата. От друга страна получените теоретични знания формират съвременен научно-методологически мироглед за изучаване на сложните процеси, протичащи в човешкия организъм при лечението и възстановяването от различни заболявания, особено на нарушенията на нервно-мускулната координация.

Съдържание на учебната дисциплина:

Първи модул – Въведение в теоретичната кибернетика: Каква наука е кибернетиката. Кибернетична система. Функционален аспект на управлението. Структури на системите на управление. Информация и управление. Основни принципи и закони на кибернетиката. *Методология на кибернетиката.* *Втори модул – управление на движенията в спорта:* Ретроспективен анализ на научните представи за управлението на човешките движения. Методология на системно-структурното моделиране на двигателната координация. Структурно-функционален модел на самоуправляващата система на движенията на човека. Координационни способности и проявата им в спортните движения. Кибернетични закономерности на развитие на двигателната координация на човека.

Технология на обучението и оценяване:

Лекционният курс се провежда по традиционния утвърден начин с използване на нагледни материали за представяне на учебния материал под формата на схеми, таблици, скици. Използват се аудиовизуални технически средства. Извънаудиторната заетост на студентите се състои в самостоятелна подготовка чрез изучаване на литературата, консултации с преподавателя, разработване на реферати по отделни теми. Изпитът е писмен. Той обхваща 2 теоретични въпроса от конспекта, предложен на студентите в началото на семестъра. Окончателната оценка е средноаритметична от текущата оценка и оценката от писмения изпит.

ПСИХОЛОГИЯ НА ДВИГАТЕЛНАТА АКТИВНОСТ

ECTS кредити: 2.0**Форма на оценяване:** изпит**Семестър:** I/II**Седмичен хорариум:** 1л+1су+0лу+0пу**Статут на дисциплината:** избираема**Методическо ръководство:**

Катедра „Спорт и кинезитерапия”

Факултет Обществено здраве и спорт

Лектор:

доц. д-р Кремка Петрова Станкова

Анотация:

Избираемата учебна дисциплина „Психология на двигателната активност и спорта” е предназначена за студенти на магистърска програма по Спортна кинезитерапия.

Тя е акцентирана върху закономерностите и характеристиките на отделните психични процеси и тяхното проявление в дейността, респективно спортнодвигателната дейност, включително и за изграждане и функциониране на индивидуална стратегия на поведение и дейност на личността. Обръща се особено внимание на функционалните и психосоциални особености на личността и спецификата на спортнодвигателната дейност като среда и

катализатор за формиране на рефлексивни способности. В тази насока се дава нова светлина върху психологическата характеристика на двигателното обучение във физическото възпитание и спорта и неговото управление и осигуряване. Рефлексивната същност на потребно-мотивационната сфера на двигателната активност в спорта и спецификата на формиране на двигателен навик, надграждат придобитите вече знания от студентите в това тематично направление. Програмата разглежда и актуални връзки и взаимозависимости по отношение на функционални особености и педагогически аспекти на физическото и психично здраве на личността, свързани със спортнодвигателната дейност. Тя дава знания, възможности и умения на обучаваните студенти за индивидуализиране и класифициране на информация за извеждане на основни групи проблеми и трудности във връзка с психологическият анализ на тяхната същност с цел решаване, преодоляване и адаптирането им.

Съдържание на учебната дисциплина:

Първи модул – Лекция: Същност на дейността, цели и специфични особености на спортнодвигателната дейност. Психологическа характеристика на двигателната активност. Регулация, саморегулация на личността и управление на двигателната активност и спорта. Психологически и възрастови характеристики на двигателната активност и спорта. Психологическа характеристика на двигателното обучение и спортната дейност. Психологическа характеристика на двигателното обучение. Психологично осигуряване в спортната дейност. *Втори модул – Практически упражнения:* Психологически анализ на проблемите, трудностите и спецификата на проявлението на личността в двигателната активност и спорта. Рефлексивните механизми, ниво и качество на себепознание и рефлексивната самооценка. Самооценяване и анализ в сферата на дейността, оценка на личностните качества и сфера на обучаване и поведение. Изработване на анкетна карта по зададени параметри и насоченост. Анализ на структуроизграждащите компоненти на индивидуалната стратегия за поведение и дейност на личността – възрастови особености (18-25 г.).

Технология на обучението и оценяване:

Крайната оценка се формулира от: Резултатите от текущо оценяване на всеки студент през семестъра. Оценката от контролните след приключване на всеки модул. Оценката от проведения писмен изпит

СЪВРЕМЕНИ ТЕНДЕНЦИИ В ТМСТ

ECTS кредити: 2.0

Форма на оценяване: изпит

Семестър: I/II

Седмичен хорариум: 1л+1су+0лу+0пу

Статут на дисциплината: избираема

Методическо ръководство:

Катедра „Спорт и кинезитерапия”

Факултет Обществено здраве и спорт

Лектор:

проф. д-р Васил Жечев

Асистент:

гл. ас. д-р Валери Цветков

Анотация:

Заниманията по учебната дисциплина „Теория и методика на спортната тренировка” са предназначени за студентите обучаващи се по магистърска програма „Спортна кинезиология”. Подборът и систематиката на лекционния курс са съобразени със съвременните тенденции в развитието на теорията и методиката на спортната тренировка. Разкриват се структурата и съдържанието на спортната тренировка от позициите на системния подход и съвременните представи за двигателната дейност в спорта, като многомерна система. Студентите се запознават със закономерностите, на които се подчинява тренировъчния процес и спецификата

на тяхното приложение на различна възраст и степен на подготовка. Специално място се отделя на видовете подготовка на планирането и управлението на тренировъчния процес, на подбора и прогнозирането на спортната подготовка. За обучението по приложената програма са необходими познания по анатомия и възрастова морфология, физиология и спортна физиология, спортна психология, спортна педагогика, биомеханика, химия и биохимия, спортна социология и др.

Съдържание на учебната дисциплина:

Модул 1 – Общометодологически проблеми на спортната тренировка. Същност и социални функции на спорта в съвременното общество. Теорията на спорта, като система от научни познания – съдържание и структура. Теорията на спорта, като система от научни знания. Същност на спортна подготовка. Натоваарването в спортната тренировка. Същност на спортната тренировка. Подбор и прогнозиране на спортните способности. *Модул 2 – Планиране и контрол в спорта.* Същност на тренираното натоварване. Умора и възстановяване. Тренираност и спортна форма. Средства, методи и принципи на тренировката. Специализирани раздели на спортната тренировка. Построяване и контрол на тренировъчния процес. **Практически упражнения.** Методика на силовата подготовка. Методика за развитие на издръжливостта. Методика за развитие на бързината. Методика за развитие на ловкостта. Контрол на натоварването- доза, - ефект

Технология на обучението и оценяване:

Оценяването на постигнатите резултати в процеса на обучението по дисциплината Теория и методика на спортната тренировка е съобразено с изискванията на Наредба № 21 на МОМН от 30 септември 2004 г. за прилагане на система за натрупване и трансфер на кредити. Общият кредит на учебната дисциплина е 2 кредита. От аудиторната заетост се получават 1 кредит, а от извънаудиторната – 1 кредит. Изпитът е писмен. Той обхваща 2 теоретични въпроса - по един от всеки модул от предварително раздадения на студентите конспект.

ТРЕНИРОВКА НА СПОРТИСТИ С УВРЕЖДАНЯ

ECTS кредити: 2.0

Форма на оценяване: изпит

Семестър: I/II

Седмичен хорариум: 1л+1су+0лу+0пу

Статут на дисциплината: избираема

Методическо ръководство:

Катедра „Спорт и кинезитерапия”

Факултет Обществено здраве и спорт

Лектор:

проф. д.п.н. Кирил Аладжов

E-mail: kirilaladjov@swu.bg

Анотация:

Дисциплината “тренировка на спортисти с увреждания” има за цел да даде на студентите теоретични и практически познания за упражняване на спортна дейност при лица с увреждания, които се подготвят за участие в състезания. Основа за овладяване на дисциплината са теоретични и практически занимания по отделните спортни дисциплини, свързани с методиката на спортната подготовка. Спортистите с увреждания участват в състезания в различни групи (категории) в зависимост от вида и степента на увреждането и инвалидност. Състезателните правила, уредите и пособия за участие, лекоатлетическите писти и сектори, както и игралните полета са адаптирани за физическите възможности на спортистите с увреждания. Спортната подготовка и използваните в нея средства и методи за тренировка,

също са адаптирани и съобразени с възможностите за упражняване на определен вид спорт и участие в състезания на хората с увреждания.

Съдържание на учебната дисциплина:

Увреждания. Определение, причини, честота. Освидетелстване и регистрация, видове, категории Характеристика на отделните групи хора с увреждания. Международни и български организации за спортисти с увреждания. Спортна дейност при хора с увреждания и мястото и в съвременното общество, същност. Исторически данни за спорта за хора с увреждания. Съвременни постижения. Социална значимост Специфични особености на организацията на спортни занимания при спортисти с увреждания. Санитарно хигиенни и спортно технически изисквания към материалната база на спорт при хора с увреждания

Спортно-медицински проблеми в спорта за хора с увреждане. Цел и задачи на спортно-медицинското обслужване. Физиологична, анатомична и биомеханична характеристика на различните спортове и спортни дисциплини. Особености в методиката на тренировка и организацията на състезанията. Особености на спортната подготовка за различните ВИДОВЕ спортове, възможни за практикуване от спортисти с увреждания

Технология на обучението и оценяване:

В процеса на курса на обучение се предвиждат групови и индивидуални консултации от водещия преподавател, свързани с даване на необходимите методически указания за усвояване на преподавания учебен материал. Текущият контрол се провежда на базата на изучения към момента учебен материал чрез индивидуални тестове. В края на курса на обучение се полага изпит под формата на писмен тест върху преподавания материал. Обобщената крайна оценка се оформя комплексно от следните показатели: активността и присъствието на студентите в отделните занимания, резултатите от текущият контрол и полученият резултат от крайният изпитен тест.

СПОРТЕН ТРАВМАТИЗЪМ

ECTS кредити: 2.0

Форма на оценяване: изпит

Семестър: I/II

Седмичен хорариум: 1л+1су+0лу+0пу

Статут на дисциплината: избираема

Методическо ръководство:

Катедра „Спорт и кинезитерапия”

Факултет Обществено здраве и спорт

Лектор:

проф. д-р Иван Топузов

E-mail: ivan_topuzov@swu.bg

Асистент:

гл. ас. Наталия Петрова

E-mail: natalia.petrova@swu.bg

Анотация:

Студентите се запознават обстойно с най-същественния елемент от спортната патология – травматизмът. Спортните заболявания и травми са резултат на спортна дейност, независимо дали тя е организирана или неорганизирана, колективна или индивидуална. Спортните педагози и кинезитерапевтите трябва да познават добре спецификата на спортните травми и лечението им, поради необходимостта да ги диагностицират навреме, да оказват ефективна долекарска помощ, а при необходимост търсят навременна лекарска намеса. И тъй-като от това зависи до голяма степен ефективността на лечението, тези познания са абсолютно необходими. Това се отнася с особена важност за професионалния и детско-юношеския спорт, където е свързано с огромни материални средства, успешни спортни кариери и осъществени човешки съдби. За обучението по предложената програма са абсолютно необходими познания по анатомия, физиология, функционална диагностика на ОДА, биомеханика, патобиомеханика и патокинезиология.

Съдържание на учебната дисциплина:

Заболявания на спортистите Спортен травматизъм – макротравматизъм. Микротравматизъм (ендогенни травми). Рани. Кръвотечение и кръвоспиране. Инфекции. Измръзване и изгаряне. Основни принципи на първата помощ, лечението и рехабилитацията на спортните травми

Технология на обучението и оценяване:

Обучението се провежда по традиционно утвърдения начин с използването на множество табла, схеми, таблици, рисунки и скици за онагледяване чрез шрайб проектор. Оценяване на постигнатите резултати в процеса на обучението по дисциплината *Спортен травматизъм* е съобразено с изискванията на Наредба № 21 на МОМН от 30 септември 2004 г. за прилагане на система за натрупване и трансфер на кредити.

Общият кредит на учебната дисциплина е 2.0 кредита (по 1 от аудиторната и от извънаудиторната заетост). Изпитът е писмен. Той обхваща 2 теоретични въпроса от конспект, който е на разположение на студентите.

ЕКЦЕНТРИЧНИ УПРАЖНЕНИЯ В СПОРТА И КИНЕЗИТЕРАПИЯТА

ECTS кредити:	2,0	Седмичен хорариум:	1л+0су+0лу+1пу
Форма на оценяване:	изпит	Статут на дисциплината:	избираема
Семестър:	I или II		

Методическо ръководство:

Катедра Спорт и кинезитерапия
Факултет „Обществено здраве и спорт”

Лектор:

доц. д-р **Невена Стоянова Пенчева**

Тел.: 0899 147 701,

Е-mail: npencheva@swu.bg

Гл. асистент: Кристина Живкова

Грънчарска

Тел.: 0878 755 006,

Е-mail : grancharska@swu.bg

Ас. Мария Кокова, PhD

Тел.: 0896 73 34 71

Катедра:

„Спорт и кинезитерапия”

„Спорт и кинезитерапия”

„Спорт и кинезитерапия”

Анотация:

Дисциплината е свързана с ефектите на удължаващите мускули съкращения върху състоянието и ремоделирането на опорно-двигателния апарат и тяхното приложение в спорта и кинезитерапията като стречинг, PNF стречинг, разтягащи упражнения, упражнения за двигателното качество гъвкавост, плиометрична тренировка и пр. В се съвместяват физиологичните и биомеханичните характеристики на ексцентричните мускулни съкращения с практическите страни на видовете стречинг и по-новите данни за ролята на плиометрията и стречинга за спортната тренировка и кинезитерапия и рехабилитация при хипотрофия, саркопения и остеопения.

Съдържание на учебната дисциплина:

Дисциплината запознава студентите с: - неврофизиологичните основи на ексцентричните съкращения, като се представят по-нови данни за еластичните свойства на мускулната и съединителната тъкан, ролята на белтъците титин и небулин и сателитните зародишеви клетки в мускулните фибри, спецификата на мускулното съкращение при удължаване; - ролята на проприорецепторите за контрола на дължината и напрежението в мускула чрез рефлекторни механизми, които се регулират на спинално и супраспинално ниво; - специфичните ефекти и механизми на ексцентричните съкращения; - панятия за “DOMS” (мускулна треска) и нейното позитивно влияние върху ремоделирането в мускулите и ставите; - ролята на ексцентричните упражнения за двигателното качество гъвкавост; - характеристика и специфика на плиометрията и ралята и за повишаване на вризната сила в различни мускулни групи; - основните типове стречинг - балистичен, динамичен, активен, пасивен, статичен, изометричен, PNF стречинг.

Технология на обучението и оценяване:

Лекционният материал се презентира с Power Point. Практическите упражнения се провеждат в специализирани лаборатории в Центъра за функционални изследвания в спорта и кинезитерапията. В края на семестъра студентите получават: - текуща оценка, въз основа на 1 тест; и – окончателна оценка въз основа на изпит – писмен и устен.