



**ЮГОЗАПАДЕН УНИВЕРСИТЕТ
·НЕОФИТ РИЛСКИ·
БЛАГОВЕГРАД**

Благоевград 2700, ул. “Иван Михайлов” № 66
Tel. + 359 /73/88 55 01, Fax: + 359 /73/ 88 55 16
E-mail: info@swu.bg, <http://www.swu.bg>

ФАКУЛТЕТ „ОБЩЕСТВЕНО ЗДРАВЕ, ЗДРАВНИ ГРИЖИ И СПОРТ”

E-mail: fozs@swu.bg,

СПЕЦИАЛНОСТ «СПОРТНА КИНЕЗИОЛОГИЯ»

ОБРАЗОВАТЕЛНО-КВАЛИФИКАЦИОННА СТЕПЕН

«МАГИСТЪР»

ИНФОРМАЦИОНЕН

ПАКЕТ

2025 година



**ЮГОЗАПАДЕН УНИВЕРСИТЕТ “НЕОФИТ РИЛСКИ”
ФАКУЛТЕТ “ОБЩЕСТВЕНО ЗДРАВЕ,
ЗДРАВНИ ГРИЖИ И СПОРТ”**

Благоевград 2700, ул. “Иван Михайлов” N66

Тел.: +359/73/ 88 55 01

Факс: +359/73/ 88 55 16

E-mail: info@swu.bg

УТВЪРЖДАВАМ:

РЕКТОР: проф. д-р Николай Марин

КВАЛИФИКАЦИОННА ХАРАКТЕРИСТИКА

ОБЛАСТ НА ВИСШЕ ОБРАЗОВАНИЕ:	7. ЗДРАВЕОПАЗВАНЕ И СПОРТ
ПРОФЕСИОНАЛНО НАПРАВЛЕНИЕ:	7.4. ОБЩЕСТВЕНО ЗДРАВЕ
МАГИСТЪРСКА ПРОГРАМА:	СПОРТНА КИНЕЗИОЛОГИЯ
ОБРАЗОВАТЕЛНО-КВАЛИФИКАЦИОННА СТЕПЕН:	МАГИСТЪР
НИВО ОТ НАЦИОНАЛНАТА РАМКА КВАЛ. РАМКА:	НИВО 7
БРОЙ КРЕДИТИ ПО ЕCTS:	60
ПРОФЕСИОНАЛНА КВАЛИФИКАЦИЯ:	СПОРТЕН КИНЕЗИОЛОГ
СРОК НА ОБУЧЕНИЕ:	1 /ЕДНА/ ГОДИНА
ФОРМА НА ОБУЧЕНИЕ:	РЕДОВНА
ВЪВЕДЕН ОТ УЧЕБНАТА:	2025/2026

КОД: 09.09_4.10.20

БЛАГОЕВГРАД, 2025г.

**КВАЛИФИКАЦИОННА ХАРАКТЕРИСТИКА
НА СПЕЦИАЛНОСТТА: СПОРТНА КИНЕЗИОЛОГИЯ
ЗА ОБРАЗОВАТЕЛНО-КВАЛИФИКАЦИОННА СТЕПЕН: МАГИСТЪР
С ПРОФЕСИОНАЛНА КВАЛИФИКАЦИЯ : СПОРТЕН КИНЕЗИОЛОГ**

Магистърската програма по Спортна Кинезиология е ориентирана към науката за движението – Кинезиология и е предназначена за специалисти, чиято професионална квалификация, придобита в бакалавърска програма може да бъде различна, но в една или друга степен е свързана с физическо натоварване, двигателна активност и спортна тренировка. В световната практика, обучението по кинезиология е широко представено в бакалавърски, магистърски и докторантски програми, които са диференцирани по различни критерии. Например съществуват такива, при които профилиращите дисциплини са насочени към изследователски аспекти и компетентности за провеждане на съвременни научни изследвания (Science Kinesiology). При други се разглеждат кинезиологични аспекти в областта на изкуствата, които касаят изграждане на двигателни навици, специфика на движения и моторен контрол на волеви движения при свирене на музикални инструменти, пеене и вербална активност, пластични изкуства и пр. (Art Kinesiology). В някои програми по Кинезиология обучението и професионалните компетенции се насочват към областта на системното упражняване и натоварване в спорта (Sport Science Kinesiology).

Насоките на обучение в магистърската програма по Спортна Кинезиология, която е акредитирана в ЮЗУ “Неофит Рилски” са методологични и научно-изследователски страни при физическо натоварване, системно трениране и функционални изследвания за оценка на ниво на тренираност, както и някои приложни страни на тази мултидисциплинарна област.

Обучението в магистърската програма по Спортна кинезиология е сходно с това на магистърска програма по Кинезиология, но различията се обуславят от: (1) необходимостта да се обособят кандидатите от бакалавърски специалисти със спортно-педагогическа правоспособност, от тези със здравни специалности и правоспособност за терапевтиране; (2) присъствието на дисциплини, които надграждат биологичния бекграунд на студенти, завършили педагогически и спортни специалности; и (3) наличието на дисциплини, свързани със здравни, интердисциплинарни и социални аспекти на двигателната активност и спорта.

I. ПРИЕМ И ОБУЧЕНИЕ

В магистърската програма по „Спортна кинезиология“ могат да бъдат приети лица, завършили ОКС „бакалавър” и ОКС „магистър“ по специалностите (1) „Кинезитерапия“, професионално направление 7.4. „Обществено здраве“ (2) „Спорт“ – Треньор по...(вид спорт) , професионално направление 7.6. „Спорт“ (3) „Физическо възпитание и спорт“ от професионално направление 1.3. „Педагогика на обучението по ...“ от област на висше образование Педагогически науки; редовна форма на обучение, срок на обучение - 2 семестъра. Тази магистърска програма е предназначена за обучение на лица с афинитет към мултидисциплинарни и интердисциплинарни знания, функционални изследвания и специализирана подготовка върху различни аспекти от двигателната активност на човека и научни изследвания свързани с нея. Формата на обучение е редовна. Продължителност - 2 семестъра, 675 часа аудиторна заетост и 1 125 часа извънаудиторна заетост; 60 кредита по ECTS; Завършването на образователно-

квалификационата степен «магистър» предвижда: ДЪРЖАВЕН ТЕОРЕТИЧЕН ИЗПИТ ИЛИ ЗАЩИТА НА ДИПЛОМНА РАБОТА.

ОБРАЗОВАТЕЛНИ ЦЕЛИ НА ОКС “МАГИСТЪР ПО СПОРТНА КИНЕЗИОЛОГИЯ”:

(1) да се обогати и развие обучението на специалисти, завършили бакалаварски програми свързани с компетенции върху двигателна активност, кинезитерапия и обучение по физическо възпитание и спорт със знания върху движението на здравия човек и спортиста, чрез профилиращи дисциплини, които имат фундаментално теоретично значение като: репетиториум по анатомия, биохимия на физическото натоварване др., които се предхождат от курс по обща биология;

(2) да се продължи обучението на студентите чрез профилиращи дисциплини върху съвременни функционални изследвания в областта на спорта и кинезитерапията, като се предложат лекционни курсове и практически упражнения по спироергометрия, изокинетична динамометрия, кинезиологична миография, оценка на аеробен и анаеробен капацитет, определяне на анаеробен праг, тестове за икономично бягане (running economy) и др.

(3) да се осигури обучението им върху методико-практически и приложни дисциплини, свързани с упражняването, системно трениране, последиците от хипокинетичния начин на живот, претренирането, разтренирането, както и връзката между физическа активност, хранене и здраве;

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

(5) да се обогатят познанията на тези специалисти върху широкия диапазон от дейности свързани с двигателна активност, анализ на движения и кинезиологични аспекти, както и изграждане на двигателни навици в различни спортни дисциплини, приложни сфери като танцови изкуства, вокална подготовка и дишане, и др.

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

II. ЗНАНИЯ, УМЕНИЯ И КОМПЕТЕНТНОСТИ

Завършилите магистърска програма спортни кинезиолози трябва да имат:

(1) Обща подготовка по предмети и раздели като биология, методология при провеждане на научни изследвания, параметричен и непараметричен статистически анализ на кинезиологични данни, изготвяне на нормативи в спорта и др., които осигуряват обучението по други профилиращи дисциплини др;

(2) Специална подготовка по профилиращи, медико-биологични дисциплини свързани с движения и системно физическо натоварване като: - анатомия и биомеханика; -функционални изследвания и оценка на аеробен и анаеробен капацитет и инструментални подходи при оценка на физическа годност при нетренирани и спортисти; -биохимия; хранене, метаболизъм и биостимулиране в спорта.

(3) Подготовка върху социални аспекти на двигателната активност и спорта.

(4) Обща методико-практическа подготовка чрез избираеми дисциплини в области свързани с изследване на движенията и изграждане на двигателен навик в приложни сфери като танцови изкуства, вокална педагогика, както и различни спортни дисциплини, приложни аспекти на ексцентричните упражнения в спорта и кинезитерапията.

Изисквания към компетенциите и професионалните умения на специалистите

Специалистът с образователно-квалификационната степен „магистър“ и професионална квалификация „спортен кинезиолог“ се подготвя за реализация в по-широка сфера, от тази в бакалавърската програма. 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, произтичащи от бакалавърските им компетенции. Те могат да извършват научно-изследователска, консултанска, експертна, организационна и здравно-просветна дейност.

Знанията на студентите, които се обучават в магистърската програма включва:

- теоретични и практически знания, специализирани в областта на кинезиологията;
- познава закономерности, концепции и принципи;
- владее високоспециализирани практически и теоретични знания;
- демонстрира знания в областта на кинезиологията и различните изучавани дисциплини.

Специалистът „спортен кинезиолог“ трябва да притежава следните умения:

- владее набор от практически и познавателни умения, разработва творчески решения, да проявява способност за генериране на нови знания, умее да извършва научно-изследователски, експертни, консултативни, организационни и здравно-просветни дейности, като се наема от институти за научни изследвания, изследователски институции в които се провеждат епидемиологични и функционални изследвания, болнични, клинични и оздравителни заведения, фитнес центрове, спортни центрове, развлекателни центрове, старчески домове, образователни институции, спортни организации;
- да участва в екипи за извършване на лечебно-възстановителни и диагностични дейности и функционални изследвания в спорта и кинезитерапията;
- да формулира адекватна преценка в ситуации;
- да развива нови умения в резултат на новите знания и практики;
- да демонстрира иновативни методи и инструменти в специализираната сфера на работа;
- да разработва документация свързана с научно-изследователски проекти в области свързани със спортната кинезиология, физикална терапия, физическо натоварване, спортна тренировка;
- да поддържа аргументи при решаване на проблеми с интердисциплинарен характер;

- да проявява инициативност в сложна и непредвидима среда;
да организира и провежда научно-изследователска дейност, свързана с функционални изследвания на физическото усилие, оценка на аеробен и анаеробен капацитет, оценка на силови характеристики при изометрично и изокинетично натоварване (в концентричен и ексцентричен режим) на мускулни групи във всички стави, спироергометрични измервания и анализи, оценка на базален метаболизъм и метаболитни разходи при натоварване, регистрация на кинезиологична ЕМГ и др.
- да разработва документация свързана с научно-изследователски проекти в областта на кинезитерапията и рехабилитацията, функционални изследвания, кинезиологични изследвания и пр.
- да извършва организационни, управленски и експертни дейности свързани със системно физическо натоварване, масови прояви, спорт, спортни състезания 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.

Компетентностите на обучаващи се в магистърските програми:

Завършилите магистърската програма “Спортна кинезиология” ще могат да осъществяват: (1) научно-изследователска; (2) научно-приложна; (3) експертна и (4) консултантска дейност. Те могат да получат професионална реализация в сфери свързани с физическо натоварване и спорт, в качеството си на: научни работници, експерти, консултанти, специалисти, мениджъри, инструктори по двигателна активност, консултанти по природосъобразен начин на живот и др. Такива специалисти могат да се наемат от: центрове за физикална терапия, спортни клубове, здравно-оздравителни и курортни центрове, SPA центрове, държавни и международни асоциации за спорт и фитнес, болници, болнични сектори, възстановителни и санаториални комплекси, домове за ресоциализация на пациенти и хора с трайни увреждания, институти на БАН и други научни институти, в които се провеждат медико-биологични, клинични, спортни и приложни научни изследвания. С тази професионална квалификация, кинезиологът може да кандидатства в докторантски програми по кинезиология и други подобни, свързани с физическо натоварване.

Завършилите магистърската програма “Спортна кинезиология” ще могат да осъществяват следните дейности: (1) научно-изследователска; (2) научно-приложна; (3) експертна и (4) консултантска.

Професионална реализация на кадрите. Тези специалисти могат да получат професионална реализация в сфери свързани с физическо натоварване и спорт, в качеството си на: научни работници, специалисти, консултанти и експерти по функционални изследвания на двигателна активност и спортна тренировка, инструктори по двигателна активност, консултанти по природосъобразен начин на живот и др.

Такива специалисти могат да се наемат от:

- Държавни и международни асоциации и структури, свързани със спорт и фитнес, кинезитерапия, лечебна тренировка и рехабилитация;
- Администрацията на университетски и колежански факултети по Спорт и физическо натоварване, спортни комплекси 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, уреди и средства за кинезитерапия;
- 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 консултанти по природосъобразен начин на живот и хранене.

Професионалната квалификация, която получават завършилите магистърската програма е **спортен кинезиолог**.

Квалификационната характеристика е приета на заседание на Катедрения съвет на катедра "Спорт и кинезитерапия" проведено на 27.01.2010 г., Протокол № 6, приета на заседание на Факултетен съвет на Факултет "Обществено здраве, здравни грижи и спорт", проведено на 27.01.2010 г., протокол № 4 и утвърдена на заседание на Академичния съвет на ЮЗУ "Неофит Рилски", проведено на 12.05.2010 г, Протокол № 23.

Квалификационната характеристика е актуализирана и приета на заседание на Катедрения съвет на катедра "Кинезитерапия" проведено на 17.06.2016 г., Протокол № 14, актуализирана и приета на заседание на Факултетен съвет на Факултет "Обществено здраве, здравни грижи и спорт" проведено на 21.06.2016 г., Протокол № 30.

Актуализираната **квалификационната характеристика** е утвърдена на заседание на Академичния съвет на ЮЗУ "Неофит Рилски", проведено на 29 юни 2016 г., протокол № 8.

Квалификационната характеристика е обсъдена и приета на заседание на Катедрения съвет на катедра "Кинезитерапия" проведено на 22.10.2019 г., Протокол № 15, актуализирана и приета на заседание на Факултетен съвет на Факултет "Обществено здраве, здравни грижи и спорт" проведено на 12.11.2019 г., Протокол № 36.

Актуализираната **квалификационната характеристика** е утвърдена на заседание на Академичния съвет на ЮЗУ "Неофит Рилски", проведено на 18.12.2019 г., Протокол № 1.

Квалификационната характеристика е допълнена, изменена и утвърдена на заседание на Катедрения съвет на Катедра „Кинезитерапия“ проведено на 07.04.2025г., Протокол № 17, актуализирана и приета на заседание на Факултетен съвет на Факултет "Обществено здраве, здравни грижи и спорт" проведено на 07.05.2025 г., Протокол № 38.

Актуализираната **квалификационната характеристика** е утвърдена на заседание на Академичния съвет на ЮЗУ „Неофит Рилски“, проведено на 11.06.2025 г., Протокол № 21.

2. СТРУКТУРА НА УЧЕБЕН ПЛАН

Специалност: Спортна кинезиология

Първа година			
Първи семестър	ECTS кредити	Втори семестър	ECTS кредити
Биологични основи на кинезиологията	2,0	Репетиториум по биомеханика	4,0
Репетиториум по анатомия	4,0	Биохимия на физическото натоварване	3,0
Спироергометрия, изокинетична динамометрия, кинезиологична електромиография	6,0	Биостимулиране в спорта	2,0
Ексцентрични упражнения в спорта и кинезитерапията	2,0	Избираема дисциплина от група I	3,0
Кинезиологични изследвания и непараметрична статистика	4,0	Избираема дисциплина от група II	3,0
Спортен травматизъм	3,0	Държавен теоретичен изпит или защита на дипломна работа	15,0
Социални аспекти на двигателната активност в спорта	3,0		
Избираема дисциплина от група I	3,0		
Избираема дисциплина от група II	3,0		
	Общо 30		Общо 30
Избираеми дисциплини			
Първа група – Приложна кинезиология		Втора група – Кинезиологични аспекти в спорта	
Приложение на мобилизационни техники и масаж в ортопедичната практика	3,0	Кинезиологични аспекти в леката атлетика	3,0
Кинезиологичен тейп в спорта	3,0	Кинезиологични аспекти в силовите спортове	3,0
Кинезитерапия в спортната практика	3,0	Кинезиологични аспекти в тениса	3,0

БИОЛОГИЧНИ ОСНОВИ НА КИНЕЗИОЛОГИЯТА

ECTS кредити: 2.0

Седмичен хорариум: 2л+1су+0лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Задължителна

Семестър: I

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра: Здравни грижи

Факултет: Обществено здраве, здравни грижи и спорт

Лектор: ас. д-р Мария Ганева

Анотация: В курса по „Биологични основи на кинезиологията“ са застъпени основните теории в биологията, предметът, задачите и методите, както и връзките на биологията с другите науки. Студентите получават основни познания по циотлогия, с акцент върху клетъчни мембрани и мембранни процеси, както и върху основните биоорганични вещества и техните превръщания

РЕПЕТИТОРИУМ ПО АНАТОМИЯ

ECTS кредити: 4.0

Седмичен хорариум: 3л+0су+1лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Задължителна

Семестър: I

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра: Здравни грижи

Факултет: Обществено здраве, здравни грижи и спорт

Лектори: доц. д-р Манол Каланиев

ас. д-р Мария Ганева

Анотация: Задължителната дисциплината „Репитаториум по анатомия на движенията“ е включена в учебния план на магистърската програма по „Спортна кинезиология“ и има за цел да осигури фундаментална подготовка, свързана с устройството и функцията на опорно-двигателната система на микро-, мезо- и макроскопско ниво. Програмата предвижда запознаване с устройството на тъканите, органите на опорно-двигателната система и тяхното взаимодействие, разглеждани в тяхното единство и развитие. Отделя

се внимание на взаимното им пространствено разположение и тяхната функционална волева нервна регулация. В учебния материал особено внимание се обръща на тъканите и органите — костна, хрущялна и мускулна тъкан, ставен апарат и устройството и функцията на различните групи мускули. По-подробно се разглеждат различните видове движения от ежедневието и участието на всички анатомично-функционални участници на тъканно, органно и системно ниво.

Реализацията на тези жизнени дейности има непосредствено въздействие върху индивидуалния опит на даден човек и развитие и заучаване на всички праксисни двигателни умения и способности, което се автоматизира на корово ниво и се изразява чрез висшата нервна дейност и се осъществява от висшите корови функции - интегративната същност на нервната система.

Изучава се действието на съответните периферни нерви, отговорни за движението на човешкото тяло. Разглеждат се структурно-функционално (като акцент е върху морфологията и анатомията) на всички системи, участващи в осъществяването на кое и да е волево движение на човека.

СПИРОЕРГОМЕТРИЯ, ИЗОКИНЕТИЧНА ДИНАМОМЕТРИЯ, КИНЕЗИОЛОГИЧНА ЕЛЕКТРОМИОГРАФИЯ

ECTS кредити: 6.0

Седмичен хорариум: 2л+0су+4лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Задължителна

Семестър: I

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра: Анатомия и физиология

Факултет: Обществено здраве, здравни грижи и спорт

Лектор: проф. д-р. Рени Калфин

гл. ас. д-р Илия Канелов

гл. ас. д-р Антон Манчев

ас. д-р Мария Ганева

Анотация: Спироергометрията, изокинетичната динамометрия и кинезиологичната електромиография са съвременни методични подходи, които се прилагат при функционални изследвания на кардио-респираторната система и мускулно-ставния апарат, чрез които се оценява нервно-мускулния перформанс и функцията на тези системи. Те са предмет на редица биологични, медицински, здравни и спортни специалности и научни области като физиология, патофизиология, електрофизиология, биомеханика, физиотерапия и рехабилитация, ортопедия и травматология, спортна медицина, неврология, кинезитерапия, кинезиология и др.

Целите на задължителната дисциплина „Спироергомтерия, изокинетична динамометрия, кинезиологична електромиография”, включена в учебния план на магистърската програма по „Кинезиология“, са придобиване от студентите на теоретични и практически познания и умения върху функционалните изследвания на посочените системи чрез оценка на биомеханични, физиологични и електрофизиологични параметри.

Основните модули на курса са отразени в наименованието на дисциплината. В него лекционният материал е с по-малък хорариум в полза на практическите занятия, с оглед да се даде възможност на студентите, чрез лабораторни упражнения, да регистрират експериментални данни със съответни апаратурни системи, които да бъдат обект на анализ и дискусия. Ето защо целите на обучението по отделните модули се постигат преимуществено чрез практическите занятия.

ЕКСЦЕНТРИЧНИ УПРАЖНЕНИЯ В СПОРТА И КИНЕЗИТЕРАПИЯТА

ECTS кредити: 2.0

Седмичен хорариум: 1л+0су+1лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Задължителна

Семестър: I

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра: Кинезитерапия

Факултет: Обществено здраве, здрави грижи и спорт

Лектор: доц. д-р Стаменка Митова

гл. ас Миглена Цветкова-Габерска

Анотация: Дисциплината „Ексцентрични упражнения в спорта и кинезитерапията” е предложена във връзка с натрупаните през последните 10-15 години данни за ефектите на удължаващите мускули съкращения върху състоянието и ремоделирането на опорно-двигателния апарат. Макар, че ефектите на мускулните съкращения при удължаване са познати на специалистите и се практикуват в спорта и кинезитерапията като стречинг, PNF стречинг, разтягащи упражнения, упражнения за двигателното качество гъвкавост, плиометрия и пр., малко са лекционните курсове и литературните източници на български език, в които се съвместяват физиологичните и патобиомеханичните характеристики на ексцентричните мускулни съкращения с практическите страни на видовете стречинг и по-новите данни за кинезитерапия и рехабилитация при хипотрофия, саркопения и остеопения, които са типични при понижена ергометрична работоспособност която се наблюдава в най-голяма степен при

нетренирани, като резултат от възрастови изменения и при пациенти с кардиореспираторни заболяваният.

КИНЕЗИОЛОГИЧНИ ИЗСЛЕДВАНИЯ И НЕПАРАМЕТРИЧНА СТАТИСТИКА

ECTS кредити: 4.0

Седмичен хорариум: 2л+0су+2лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Задължителна

Семестър: I

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра Информатика; Електротехника, електроника и автоматика

Факултет Природо-математически факултет

Лектор: доц. д-р Радослав Мавревски

Анотация: Необходимостта от научни изследвания във всяка област, а както и оценка на качеството на направените такива, обуславя предназначението на предложената учебна програма да даде знания на студентите от специалността върху общата теория на научните изследвания и приложение на статистиката в кинезиологията.

Основни цели на програмата са: (1) да даде на студентите знания върху основните раздели на общата теория на научните изследвания в спортна кинезиология; (2) да разшири подготовката на студентите върху онези отдели, които са по-тясно свързани с изискванията на тяхната бъдеща дейност, включително разработване на дипломна работа и свързаните с нея или други научни съобщения; (3) да даде възможност на студентите сами да направят оценка за областта, в която могат да развият своите научни изследвания; (4) да даде възможност на студентите сами да наблюдават и извършват експерименти и изследвания и да интерпретират получените резултати; (5) да запознае студентите с фундаменталните основи на математическата статистика; (6) да даде възможност на студентите да изградят своите знания и умения по дисциплината чрез софтуерни продукти в компютърен клас; (7) да изгради в студентите навици за активна работа по време на семестъра чрез система за текущ контрол и оценка на овладените знания, умения и компетентности по време на семестъра.

За обучението по предложената програма са абсолютно необходими познания по физиология, както и добро владение на материала от гимназиалния курс по химия, биология, физика и математика. Компютърните умения и владенето на английски език (т.н. "Subject English") са желателни, макар че са паралелен елемент от обучението по програмата.

СПОРТЕН ТРАВМАТИЗЪМ

ECTS кредити: 3.0

Седмичен хорариум: 2л+1су+0лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Задължителна

Семестър: I

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра: Кинезитерапия

Факултет: Обществено здраве, здравни грижи и спорт

Лектор: доц. д-р Мариела Филипова

Анотация: Студентите се запознават подробно 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 кинезиолози 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 и успешни спортни кариери. За обучението по предложената програма са абсолютно необходими познания по анатомия, физиология, функционална диагностика на ОДА, биомеханика, патобиомеханика и патокинезиология.

СОЦИАЛНИ АСПЕКТИ НА ДВИГАТЕЛНАТА АКТИВНОСТ И СПОРТА

ECTS кредити: 3.0

Седмичен хорариум: 2л+1су+0лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Задължителна

Семестър: I

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра: Социални дейности

Факултет: Обществено здраве, здравни грижи и спорт

Лектор: Доц. д-р Екатерина Митова

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”.

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.

РЕПЕТИТОРИУМ ПО БИОМЕХАНИКА

ECTS кредити: 4.0

Седмичен хорариум: 2л+0су+2лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Задължителна

Семестър: II

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра: Здравни грижи

Факултет: Обществено здраве, здравни грижи и спорт

Лектор: гл. ас. д-р Миглена Цветкова-Габерска

Анотация: Задължителната дисциплината „Репетаториум по биомеханика” има интердисциплинарен характер и е изградена от три модула. Тя цели да надгради знанията на студентите с фундаментални знания относно механиката на движенията на човешкото тяло, в контекста на различните статични и динамични натоварвания при нетренирани хора и при системно натоварване.

В курса на обучението се разглеждат основни принципи на механиката (кинематика, динамика и статика) и тяхното проявление към специфичните особености на двигателния апарат на човека, както и към движенията и характерните пози на човешкото тяло. Приложните страни на знанията се отнасят до терминологията, анализа на движенията, механизми на мускулната работа, принципи при изследване на позата и равновесието, методи на изследване и др., които имат важно значение за кинезитерапията и рехабилитацията, както и при системно упражняване в спорта. Познанията по биомеханика се изграждат в три модула: (1) кинетични и динамични характеристики; равновесие и условия за устойчивост; (2) биомеханиката на опорно-двигателния апарат; и (3) преглед на основните подходи при биомеханични изследвания, които се прилагат за оценка на различни параметри на движенията при физическо натоварване, вкл. в спорта.

В упражненията, студентите провеждат практически и лабораторни занятия. Те се отнасят до решаване на изчислителни и графични задачи в координатни системи, определяне на кинематични и кинетични характеристики, овладяване на терминология върху кинематика и кинетиката на човешките движения, практически упражнения

върху динамометрични измервания с изокинетичен динамометър в изометричен и изокинетичен режим, анализ на поза и равновесие, представяне на принципи на измерване, съгласно системата SFTR, обсъждане на казуси в областта на спорта и кинезитерапията.

БИОХИМИЯ НА ФИЗИЧЕСКОТО НАТОВАРВАНЕ

ECTS кредити: 3.0

Седмичен хорариум: 2л+0су+1лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Задължителна

Семестър: II

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра: Здравни грижи

Факултет: Обществено здраве, здрави грижи и спорт

Лектор: доц. д-р Татяна Дзимбова

Анотация: Фундаменталният характер на дисциплината определя ролята ѝ да даде основни знания на студентите върху функциите на всички енергодоставящи системи в организма, както в състояние на покой, така и при физическо натоварване.

Основните цели и задачи на дисциплината, могат най-общо да се формулират така:

- да се представят основните механизми, субстрати и метаболитни пътища, които осигуряват енергодоставка и енергоразход на скелетно-мускулната работа;
- да се диференцират анаеробните и аеробните енерго-доставящи системи и ролята на типовете мускулни влакна, които са генетично детерминирани;
- да се разгледат енергийните потребности на индивидите при различни нива на натоварване и тренираност, както и практическите аспекти на нормите за тегло, хранене, методи за оценка и пр.
- да се приложат практически методи и изчислителни подходи за оценка на енергоразход, лактат и глюкоза в кръвта при натоварвания под- и над анаеробния праг и др.

БИОСТИМУЛИРАНЕ В СПОРТА

ECTS кредити: 2.0

Седмичен хорариум: 1л+1су+0лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Задължителна

Семестър: II

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра: Здравни грижи

Факултет: Обществено здраве, здрави грижи и спорт

Лектор: доц. д-р Татяна Дзимбова

Анотация: „Биостимулиране в спорта“ е дисциплина, която разглежда въпроси, свързани с начините за поддържане на добро здраве, поддържане и подпомагане на тренировките при спортистите, поддържане и повишаване на работоспособността на спортистите, както и начините за по-бързо и по-пълно възстановяване.

Основните цели и задачи на дисциплината, могат най-общо да се формулират така:

- да се разграничат непозволените от позволените средства за биостимулиране;
- да се разгледат подробно всяка група позволени фармакологични средства за биостимулиране и възстановяване;
- да се запознаят с различни термални, физикални и масажирани техники за биостимулиране и възстановяване.

ПРИЛОЖЕНИЕ НА МОБИЛИЗАЦИОННИ ТЕХНИКИ И МАСАЖ В ОРТОПЕДИЧНАТА ПРАКТИКА

ECTS кредити: 3.0

Седмичен хорариум: 2л+0су+1лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Избираема

Семестър: I

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра: Кинезитерапия

Факултет: Обществено здраве, здравни грижи и спорт

Лектор: доц. д-р Стаменка Митова

Анотация: Дисциплината запознава студентите с принципите, средствата и методите на мобилизационните техники и масажа като част от рехабилитационния процес при ортопедични заболявания и травми. Обучението съчетава теоретични знания и практически умения за възстановяване на ставната подвижност, намаляване на болката и подобряване на функционалното състояние на опорно-двигателния апарат. Целта на обучението е да подготви студентите за професионално прилагане на мобилизационни техники и различни видове масаж в ортопедичната практика, като се акцентира върху индивидуалния подход и интегрирането им в комплексната кинезитерапия.

КИНЕЗИОЛОГИЧЕН ТЕЙП В СПОРТА

ECTS кредити: 3.0

Седмичен хорариум: 2л+0су+1лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Избираема

Семестър: I

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра: Кинезитерапия

Факултет: Обществено здраве, здравни грижи и спорт

Лектор: доц. д-р Мария Граматикова

Анотация: Дисциплината запознава студентите с теорията и практиката на приложението на кинезиологичния тейп като съвременно средство за профилактика, лечение и възстановяване при спортни натоварвания и травми. Обучението включва основни принципи на тейпирането, техники за поставяне и адаптиране към различни спортове и клинични случаи. Целта на обучението е да подготви студентите за ефективно и безопасно използване на кинезиологичен тейп с цел подпомагане на мускулната функция, намаляване на болката, подобряване на стабилността и ускоряване на възстановителните процеси при спортисти.

КИНЕЗИТЕРАПИЯ В СПОРТНАТА ПРАКТИКА

ECTS кредити: 3.0

Седмичен хорариум: 2л+0су+1лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Избираема

Семестър: I

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра: Кинезитерапия

Факултет: Обществено здраве, здравни грижи и спорт

Лектор: доц. д-р Юлиян Златков

Анотация: Дисциплината представя принципите, средствата и методите на кинезитерапията, приложени в контекста на спортната дейност. Разглеждат се профилактиката на спортни травми, възстановяването след физически натоварвания и

реабилитацията на често срещани спортни увреждания. Акцентът е върху интегрирането на кинезитерапевтичните методи в тренировъчния и състезателния процес. Целта на обучението е да подготви студентите за ефективно прилагане на кинезитерапевтични подходи в спорта с цел поддържане на оптимална физическа форма, намаляване риска от травми и ускоряване на възстановяването на състезатели и активно спортуващи.

КИНЕЗИОЛОГИЧНИ АСПЕКТИ В ЛЕКАТА АТЛЕТИКА

ECTS кредити: 3.0

Седмичен хорариум: 2л+0су+1лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Избираема

Семестър: I/II

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра: Спорт

Факултет: Обществено здраве, здравни грижи и спорт

Лектор: гл. ас. д-р Антон Манчев

Анотация: Предложеният курс по избираемата дисциплината „Кинезиологични аспекти в леката атлетика” има за цел да формира широк кръг от познания относно биомеханиката и кинезиологията на основните лекоатлетически упражнения и естествено – приложните човешки движения. Универсалният характер на тези упражнения дава възможност на бъдещите спортни кинезиолози да допълнят арсенала си от физически упражнения с различен характер и насоченост. Това е предпоставка за формиране на необходимия двигателен потенциал, обогатяващ професионалния облик на бъдещия спортен кинезиолог.

Знания: свързани са с: - познаване техниката на най-достъпните и най-масово използваните лекоатлетически упражнения; - овладяване на специфичните лекоатлетически средства и методи за развиване на физическите качества; - контрола върху натоварването при прилагането на лекоатлетически упражнения.

Умения: студентите трябва да могат да правят биомеханичен анализ на движенията от всички лекоатлетически дисциплини и да владеят методиката на преподаване по лека атлетика.

Съдържанието на лекционния курс, неговата структура, задачи и литература целят създаване на максимални възможности за активизиране на самостоятелната и бъдещата практическа и изследователска работа на студентите.

КИНЕЗИОЛОГИЧНИ АСПЕКТИ В СИЛОВИТЕ СПОРТОВЕ

ECTS кредити: 3.0

Седмичен хорариум: 2л+0су+1лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Избираема

Семестър: I/II

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра: ТМФВ

Факултет: Педагогика

Лектор: гл. ас. д-р Илия Канелов

Анотация: Избираемата дисциплината „Кинезиологични аспекти на силовите спортове” има интердисциплинарен характер и е изградена от три модула. Тя цели да надгради знанията на студентите с някои фундаментални знания относно кинезиологията и приложната биомеханика на човешкото тяло, в контекста на проявата на мускулна сила при различните силови и скоростно-силови спортове.

Учебното съдържание на дисциплината “Кинезиологични аспекти в силовите спортове” е насочено към повишаване на знанията и компетенциите, в областта на биомеханизмите придаващи сили на движение на сегментите на тялото, на цялото тяло и на мобилни обекти, в контекста на силовите спортове. Кинезиологията използва закономерностите на качествения биомеханичен анализ. Курсът на обучение, ще даде възможност на студентите да правят качествен и количествен анализ да спортните движения в силовите спортове, а именно: 1) с уреди (гребане, вдигане на тежести, силов трибой, бейзбол, тласкане на гюлле и др.); 2) на уреди (халки, кон с гривни и др.); 3) единоборства (борба, канадска борба, джудо, самбо, сумо и др.); 4) неолимпийски спортни дисциплини, в които спортното съдържание е обезпечено от проявата на силови качества.

Кинезиологията използва принципите на приложната биомеханиката за качествен анализ на механиката (кинематика, динамика и статика) и тяхното проявление към специфичните особености на двигателния апарат на човека, както и към движенията и характерните пози на човешкото тяло. Приложните страни на знанията придобити при изучаване на дисциплината се отнасят до терминологията, анализа на движенията, механизми на мускулната работа, принципи при изследване на пространствените, времевите и пространствено-времевите характеристики на движенията.

В упражненията, студентите имат възможност да провеждат практически и лабораторни занятия, които включват наблюдения на спортни дисциплини и спортни упражнения.

КИНЕЗИОЛОГИЧНИ АСПЕКТИ В ТЕНИСА

ECTS кредити: 3.0

Седмичен хорариум: 2л+0су+1лу+0пу

Форма на оценяване: Изпит

Статут на дисциплината: Избираема

Семестър: I/II

Вид на изпита: Писмен

Методическо ръководство:

Катедра: Спорт

Факултет: Обществено здраве, здравни грижи и спорт

Лектор: доц. д-р Димитър Томов

Анотация: Избираемата дисциплината „Кинезиологични аспекти в тениса” е включена в учебния план на магистърската програма по „Спортна кинезиология“, с цел да се обогатят познанията на студенти завършили бакалавърска степен за използване на повече и разнообразни видове спорт в професионалната им реализация.

Заложеният в нея учебен материал, има за цел да запознае обучаваните с спортно-техническите и тактически умения в тениса със средствата и методите за тяхното изучаване, игрищата, уредите и пособията за практикуване на тенис спорта, както и за организация и провеждане на състезания по тенис. Изучаването на атомичния и биомеханичния анализ на ударите в тениса от кинезиологичен аспект ще даде възможност на студентите за успешна прилагане в практиката.