

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

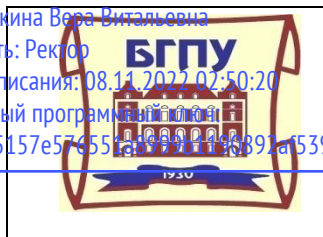
ФИО: Щёкина Вера Витальевна

Должность: Ректор

Дата подписания: 08.11.2022 02:50:20

Уникальный программный идентификатор:

a2232a55157e576552a577911198891a153989420500376fb4577e4734e57789



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования


«Благовещенский государственный педагогический университет»

ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа дисциплины

УТВЕРЖДАЮ

**Декан факультета физической
культуры и спорта
ФГБОУ ВО «БГПУ»**

 **О.В.Юречко**
«22» мая 2019 г.

**Рабочая программа дисциплины
ГИГИЕНА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА**

**Направление подготовки
44.03.05 ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ**

**Профиль
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
Профиль
«БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**Уровень высшего образования
БАКАЛАВРИАТ**

**Принята
на заседании кафедры теории и
методики физической культуры,
безопасности жизнедеятельности
и здоровья
(протокол № 12 от «15» мая 2019 г.)**

Благовещенск 2019

СОДЕРЖАНИЕ

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	4
3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ).....	5
4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ	7
5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ.....	9
6 ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ) УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА.....	14
7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ.....	28
8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ.....	28
9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ.....	28
10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА.....	29
11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ.....	31

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Цель дисциплины: формирование систематизированных знаний в области гигиены физического воспитания и спорта

1.2 Место дисциплины в структуре ООП: Дисциплина «Гигиена физического воспитания и спорта» относится к вариативной части дисциплин по выбору Б1.В.Д.19.1

Для освоения дисциплины «Гигиена физического воспитания и спорта» используются знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Теория и методика физической культуры», «Спортивная медицина», «Лечебная физическая культура», а также дисциплин базовой части профессионального цикла.

1.3 Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций.

?????

1.4 Перечень планируемых результатов обучения. В результате изучения дисциплины студент должен

- **знать:**

- основные положения общей и гигиены физической культуры и спорта;
- санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;
- гигиенические требования к устройству основных спортивно-оздоровительных сооружений и оборудования;
- гигиеническое обеспечение физического воспитания в школе; - гигиеническое обеспечение спортивных тренировок;
- гигиеническое обеспечение занятий оздоровительной физической культуры;
- требования личной гигиены;
- гигиенические требования к использованию факторов внешней среды;
- основы закаливания; - основы рационального и лечебного питания;
- гигиеническое обеспечение занятий в отдельных видах спорта.

- **уметь:**

- формулировать конкретные задачи гигиены физической культуры и спорта в физическом воспитании различных групп населения;
- оценивать с гигиенических позиций условия в местах проведения занятий физической культуры, тренировок и соревнований;
- давать гигиеническую оценку питания физкультурников и спортсменов разного возраста;
- проводить оздоровительные мероприятия с учетом гигиенических требований;

- **владеть:**

- методами оценки общих гигиенических требований к спортивной одежде и обуви, к спортивному инвентарю, оборудованию и напольным покрытиям.
- методами гигиенического нормирования физических нагрузок при занятиях физической культурой и спортом.

1.5 Общая трудоемкость дисциплины «Гигиена физического воспитания и спорта» составляет 2 зачетные единицы (далее – ЗЕ) (72 часа).

№	Наименование раздела	Курс	Семестр	Кол-во часов	ЗЕ
1	Гигиена физического	4	8	72	2

	воспитания и спорта				
--	---------------------	--	--	--	--

Общая трудоемкость дисциплины «Гигиена физического воспитания и спорта» составляет 2 зачётные единицы.

Программа предусматривает изучение материала на лекциях, практических занятиях. Предусмотрена самостоятельная работа студентов по темам и разделам. Проверка знаний осуществляется фронтально и индивидуально.

1.6 Объем дисциплины и виды учебной деятельности

Объем дисциплины и виды учебной деятельности

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр 8
Общая трудоемкость	72	72
Аудиторные занятия	36	36
Лекции	14	14
Практические занятия	-	
Лабораторные работы	22	22
Самостоятельная работа	36	36
Вид итогового контроля:		зачет