

ГИГИЕНА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

1. Цель освоения дисциплины

Формировать у студентов исследовательские и практические знания и умения по организации физического воспитания различных групп населения и тренировочного процесса в отдельных видах спорта на основе современных гигиенических принципов и норм.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Гигиена физического воспитания и спорта» относится к вариативной части блока дисциплин.

Для освоения дисциплины «Гигиена физического воспитания и спорта» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Анатомия», «Безопасность жизнедеятельности», «Педагогика», «Психология», «Физиология», «Лечебная физическая культура и массаж», «Мониторинг в физическом воспитании учащихся и технологии его использования», «Основы формирования системы движений», «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование», «Теория и методика физической культуры и спорта», «Технология дифференцированного физического воспитания учащейся молодежи», «Физиология физической культуры и спорта», прохождения практики «Педагогическая практика (воспитательная)».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Методика обучения физической культуре», «Психодиагностика в физическом воспитании и спорте», «Психологические основы педагогического общения», «Психологическое здоровье личности учителя», «Психология группы и командообразование», «Психология жизненного пути личности», «Психология физической культуры и спорта», «Социология физической культуры и спорта», «Теория и методика адаптивной физической культуры», «Теория и методика физической культуры и спорта», прохождения практики «Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности».

3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способностью осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся (ОПК-2);
- готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся (ОПК-6).

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

знать

- гигиенические требования к факторам внешней среды;
- гигиенические требования к структуре, содержанию, объему и интенсивности физических нагрузок в процессе физического воспитания и тренировочных занятий;

уметь

- давать гигиеническую оценку факторам внешней среды; использовать различные средства и методы закаливания организма;
- осуществлять консультативную деятельность по вопросам организации и проведения

индивидуальных и коллективных физкультурно-спортивных и оздоровительных занятий лиц разного возраста и пола;

владеть

– методиками гигиенической оценки факторов внешней среды и спортивных сооружений;
– методами гигиенического нормирования физических нагрузок при занятиях физического воспитания и спортом.

4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение

количество зачётных единиц – 2,
общая трудоёмкость дисциплины в часах – 72 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 16 ч., СРС – 52 ч.),
распределение по семестрам – 4 курс, лето,
форма и место отчётности – зачёт (4 курс, лето).

5. Краткое содержание дисциплины

Гигиена внешней среды.

Гигиена воздушной среды, воды, почвы, питания, закаливания; гигиенические основы проектирования, строительства и эксплуатации спортивных сооружений

Гигиеническое обеспечение физического воспитания и спорта.

Гигиеническое нормирование физических нагрузок; гигиеническое обеспечение физического воспитания в школе и спортивных тренировок; особенности питания при занятиях физической культурой и спортом

6. Разработчик

Даянова Марина Александровна кандидат биологических наук, доцент кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО "ВГСПУ".