



Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Ингушский государственный университет»
Педагогический факультет
Кафедра «Спортивные дисциплины»

АННОТАЦИЯ

рабочей программы учебной дисциплины «Гигиена физического воспитания и спорта»
Направление подготовки 44.03.01 « Педагогическое образование»
профиль подготовки «Физическая культура»

1.	Цель изучения дисциплины		
	<p>Цель:</p> <p>- формирование у студентов компетенций в области знаний по гигиене физического воспитания и спорта, исследовательских и практических умений по профилактике различных заболеваний при организации физического воспитания различных групп населения и тренировочного процесса в отдельных видах спорта, овладение практическими навыками формирования здорового образа жизни на основе современных гигиенических принципов и норм.</p> <p>Задачи:</p> <p>- понимание социальной роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;</p> <p>- знание научно-биологических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни;</p> <p>- физическое самосовершенствование самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;</p> <p>- овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре</p>		
2.	Место дисциплины в структуре ОПОП ВО бакалавриата		
	<p>Дисциплина «Гигиена физического воспитания и спорта» относится к обязательным дисциплинам вариативной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана. В соответствии с учебным планом период обучения по дисциплине – 7-й семестр.</p> <p>Дисциплина «Гигиена физического воспитания и спорта» в силу занимаемого ей места в ФГОС ВО, ОПОП ВО и учебном плане по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование предполагает взаимосвязь с другими изучаемыми дисциплинами.</p> <p>В качестве «входных» знаний дисциплины «Гигиена физического воспитания и спорта» используются знания и умения, полученные обучающимися при изучении дисциплин Общая и возрастная физиология.</p> <p>Дисциплина «Гигиена физического воспитания и спорта» может являться предшествующей при изучении дисциплин Основы здорового образа жизни Окружающая среда и здоровье человека.</p>		
3.	Результаты освоения дисциплины (модуля) «Гигиена физического воспитания спорта»		
	Код и наименование компетенций	Индикаторы	Дескрипторы
	Универсальные компетенции (УК)		
	УК-1. Способен осуществлять	УК-1.1. Анализирует задачу, выделяя ее базовые составляющие;	

	поиск, критический анализ информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1.2. Определяет, интерпретирует и ранжирует информацию, требуемую для решения поставленной задачи;	
		УК-1.3. Осуществляет поиск информации для решения поставленной задачи по различным типам запросов;	
		УК-1.4. При обработке информации отличает факты от мнений, интерпретаций, оценок, формирует собственные мнения и суждения, аргументирует свои выводы и точку зрения;	
		УК-1.5. Рассматривает и предлагает возможные варианты решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки.	
	Общепрофессиональные компетенции (ОПК)		
	ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	ОПК-3.1. Умеет определять и формулировать цели и задачи учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями в соответствии с требованиями ФГОС	
		ОПК-3.2. Применяет различные приемы мотивации и рефлексии при организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями	
		ОПК-3.3. Применяет формы, методы, приемы и средства организации учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями	
4.	Структура и содержание дисциплины		
	4.1. Структура дисциплины (модуля)		
	Вид учебной работы	Всего часов	
	Общая трудоемкость дисциплины	72	
	Аудит	52	
	Лекции	14	
	Практические занятия ПЗ)	38	
	Контроль самостоятельной работы	2	

	(КСР)		
	Самостоятельная работа	20	
4.2. Содержание дисциплины			
<p>Введение. Понятие о гигиене и санитарии; методы исследования, применяемые в гигиене; предмет и задачи гигиены; отдельные отрасли гигиены. Краткие исторические данные о возникновении и развитии гигиены. Роль отечественных ученых в развитии гигиены как науки. Развитие гигиены физического воспитания и спорта в России.</p> <p>Тема 1. Гигиена как основа профилактики заболеваний здорового образа жизни Гигиена воды. Влияние факторов водной среды на здоровье и работоспособность человека. Вода как фактор внешней среды, ее физиологическое, гигиеническое эпидемиологическое значение.</p> <p>Нормирование качественного состава питьевой воды. Нормы хозяйственно-питьевого водопотребления. Источники питьевого водоснабжения. Методы улучшения качества и обеззараживание питьевой воды. Источники загрязнения водных объектов. Санитарная охрана водоемов.</p> <p>Тема 2. Гигиенические основы физического воспитания школьников. Гигиенические требования к местам занятий физической культурой в школе. Спортивная зона и учебно-спортивные помещения. Основные гигиенические требования к оборудованию, отоплению, освещению и вентиляции и эксплуатации спортивных залов школы.</p> <p>Тема 3. Особенности гигиенического обеспечения занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности. Гигиенические требования к местам занятий, к одежде и обуви занимающихся, профилактика заболеваний и травм, особенности питания при занятиях данными видами спорта. Общие гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Основные гигиенические характеристики материалов, используемых для изготовления спортивной одежды и обуви. Понятие о микроклимате пододежного внутриобувного пространства. Эксплуатация спортивной одежды, обуви и уход за ними. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в условиях высокой и низкой температуры, в горных условиях.</p>			
5.	Образовательные технологии		
	<p>При подготовке бакалавров используются следующие основные формы проведения учебных занятий:</p> <ul style="list-style-type: none"> • интерактивные лекции; • лекции-пресс-конференции; • тренинги и семинары по развитию профессиональных навыков; <p>групповые, научные дискуссии, дебаты.</p>		
6.	Используемые ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Internet»; информационные технологии, программные средства и информационно-справочные системы		
	<p>В ходе обучения используются средства для обеспечения коммуникации, которые включают несколько форм: электронную почту, Internet. При помощи этих средств преподаватель и обучаемые совместно используют информацию, сотрудничают в решении общих проблем, публикуют свои идеи или комментарии, участвуют в решении задач и их обсуждении.</p> <p>Возможности использования электронной почты:</p> <p>С помощью электронной почты преподаватель может немедленно распространить ответы на наиболее часто возникающие вопросы;</p>		

	<p>С помощью электронной почты обучаемые могут посылать текущие отчеты о выполнении домашних заданий, презентациях и т.д.;</p> <p>Возможность использования Internet:</p> <p>Специфика технологий Internet заключается в том, что они предоставляют обучаемым и педагогу огромные возможности выбора источников информации, необходимой в образовательном процессе:</p> <p>Размещение базовой и дополнительной информации, необходимой для учебного процесса, на сайте кафедры</p> <p>Размещение ссылок на разнообразные базы данных ведущих библиотек, информационных, научных и учебных центров</p> <p>Используется стандартное программное обеспечение (MS Excel и др.).</p>
7.	Формы текущего рубежного контроля
	<p>Текущий контроль успеваемости предусматривает систематический мониторинг качества получаемых студентами знаний и практических навыков, также результатов самостоятельной работы над изучаемой дисциплиной. В процессе обучения проводятся лекции и семинарские занятия с использованием интерактивных методов для практического закрепления полученных знаний. При проведении семинарских (практических) занятий главное внимание уделяется спорным проблемам и вопросам, затронутых на лекциях. С этой целью основная форма проведения семинарских занятий – дискуссии, обсуждения, решение задач, устные ответы. Рубежный контроль обучающихся осуществляется в соответствии с положением о аттестации обучающихся в университете и оценивается: и рейтинговых баллов, назначаемых в соответствии с принятой в вузе балльно-рейтинговой системой.</p>
8.	Форма промежуточного контроля
	Зачет в 7 семестре