



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

S/N: 23D1633212

Владелец: Кулешин Максим Георгиевич

Должность: И.о. ректора

E-mail: kuleshin.mg@sspi.ru

Организация: ГБОУ ВО СГПИ

Дата подписания: 19.05.2023

Действителен: с 04.05.2023 до 04.05.2026

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Гигиена физической культуры и спорта**

(наименование учебной дисциплины)

**Блок: вариативный (Б1.В)**

**Модуль теоретико-методических основ физической культуры и спорта**

**1. Цель и задачи дисциплины**

Цель: Целью освоения дисциплины является овладение студентами современными научными знаниями в области общей гигиены и гигиены физической культуры и спорта, овладение практическими навыками формирования здорового образа жизни и эффективного применения различных гигиенических факторов в физкультурно-оздоровительных мероприятиях.

Задачи дисциплины:

- получение знаний в области профилактической медицины – одного из мощных средств укрепления здоровья;
- получение знаний о санитарно-гигиенических основах деятельности в области физической культуры и спорта;
- овладение практическими навыками применения гигиенических факторов в процессе занятий физической культурой и спортом;
- овладение практическими навыками формирования здорового образа жизни среди различных контингентов населения.

**2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО**

Дисциплина "Гигиена физической культуры и спорта" входит в Модуль теоретико-методических основ физической культуры и спорта, код: Б1.В.01.

**3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины**

Изучение дисциплины "Гигиена физической культуры и спорта" направлено на формирование у обучающихся индикаторов установленных компетенций:

**ПК-5 Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности**

**УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

**4. Структура дисциплины**

**Общая трудоемкость дисциплины.**

3 зачетные (-ых) единиц (-ы) (108 ч.), включая промежуточную аттестацию.

**Формы контроля.**

Экзамен

**Содержание дисциплины.**

Тема1 Основные гигиенические Факторы и их значение при занятиях физической культурой и спортом

Тема 10. Гигиеническое обеспечение спортивных тренировок

Тема 1. Гигиеническое обеспечение занятий различными видами спорта
Тема 2. Роль физической культуры и спорта в формировании здоровья человека.
Тема 3. Гигиена закаливания Требования личной гигиены при занятиях физической культурой и спортом
Тема 4. Вредные привычки – разрушители здоровья
Тема 5. Адекватное (рациональное) питание при занятиях физической культурой и спортом
Тема 6. Гигиенические требования к спортивным сооружениям разных типов
Тема 7. Гигиеническое обеспечение физического воспитания в детских образовательных учреждениях
Тема 8. Гигиеническое обеспечение физического воспитания в детских образовательных учреждениях
Тема 9. Гигиеническое обеспечение занятий оздоровительными физическими упражнениями