

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
"Набережночелнинский государственный педагогический университет"
(ФГБОУ ВО "НГПУ")

Гигиена физического воспитания и спорта
аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Биологии и методики ее преподавания**
Направление подготовки **44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки),
профили Физическая культура и Безопасность жизнедеятельности**

Форма обучения **заочная**
Программу составил(и): **к.б.н., доцент, Хасанова А.Р.**

Распределение часов дисциплины по

Курс	5		Итого	
	уп	рпд		
Вид занятий				
Лекции	4	4	4	4
Практические	4	4	4	4
Итого ауд.	8	8	8	8
Контактная работа	8	8	8	8
Сам. работа	60	60	60	60
Часы на контроль	4	4	4	4
Итого	72	72	72	72

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	Цель: укрепление и сохранение здоровья людей, занимающихся физической культурой и спортом на основе знаний и использования основных гигиенических норм, правил и мероприятий в организации физкультурно- спортивной деятельности.
1.2	Задачи:
1.3	формирование комплекса гигиенических знаний по проблеме физического воспитания и спорта;
1.4	разработка мероприятий для предупреждения возможного неблагоприятного влияния различных факторов внешней среды и факторов физического воспитания и спорта;
1.5	улучшения состояния здоровья, физического развития, повышения общей и спортивной работоспособности подрастающего поколения и лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.ДВ.07
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Возрастная анатомия, физиология и гигиена
2.1.2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Выполнение и защита выпускной квалификационной работы
2.2.2	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
2.2.3	Преддипломная практика

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО КАЖДОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ДОСТИЖЕНИЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

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

УК-7.1: Умеет использовать средства и методы физической культуры, необходимые для планирования и реализации физкультурно - педагогической деятельности

ПК-2. Способен применять предметные знания в образовательном процессе для достижения образовательных результатов

ПК-2.1: Демонстрирует знания содержания предметной области "Безопасность жизнедеятельности"

ПК-2.2: Умеет осуществлять отбор содержания обучения для реализации предмета "Безопасность жизнедеятельности" в соответствии с требованиями ФГОС основного общего, среднего общего образования

ПК-2.3: Владеет навыками применения предметных знаний для планирования и проведения занятий

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	Знать:
Гигиенические принципы физического воспитания, особенности рационального питания спортсмена, средства восстановления и повышения работоспособности, методы и организацию гигиенического контроля в физическом воспитании и физической подготовке, особенности закалывающих процедур; гигиенические нормы и требования к спортивным сооружениям; правила личной гигиены при занятиях различными видами спорта; профилактические мероприятия, как основу здорового образа жизни; мероприятия по охране и рациональному использованию природных ресурсов.	
3.2	Уметь:
Осуществлять санитарно-гигиенический контроль условий и организации физического воспитания и спорта; планировать и проводить санитарно-гигиенические мероприятия по профилактике спортивного травматизма; использовать различные средства и методы закалывания организма; формировать физическую активность различных групп населения, здоровый стиль жизни на основе гигиенических знаний; осуществлять консультативную деятельность по вопросам организации и проведении индивидуальных и коллективных физкультурно-спортивных занятий лиц разного возраста и пола.	
3.3	Владеть:
Методами расчета энергетического баланса организма; умением дать рекомендации по питанию лицам, занимающимся физической культурой и спортом; методами профилактики нарушений состояния здоровья; навыками техники безопасности при занятиях физической культурой и спортом; методами подбора экипировки и защитного снаряжения в разных видах спорта.	