

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

Распределение часов дисциплины по

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	10 (5.2)		Итого
Неделя	8 1/6		
Вид занятий	уп	рпд	рпд
Лекции	16	16	16
Практические	16	16	16
Итого ауд.	32	32	32
Контактная работа	32	32	32
Сам. работа	40	40	40
Итого	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	Физиология высшей нервной деятельности
2.1.2	Функциональная диагностика в физической культуре и спорте
2.1.3	Валеология
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.	