

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сибирский государственный индустриальный университет»

Кафедра физической культуры и спорта

УТВЕРЖДАЮ
Директор института физической
культуры, здоровья и спорта
_____ В.Б. Костерев
подпись
« ____ » _____ 20__ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Гигиена физической культуры и спорта

44.03.01 «Педагогическое образование»
(направленность (профиль): «Физическая культура»)

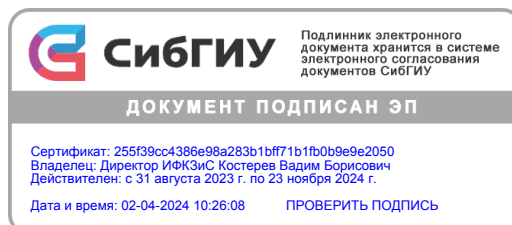
Квалификация выпускника
Бакалавр

Форма обучения
Заочная форма

Срок обучения: 4 года 6 месяцев

Год начала подготовки 2024

Новокузнецк
2024



1 Цели и задачи освоения учебной дисциплины

Целями учебной дисциплины являются:

- изучение основных понятий гигиены физической культуры и спорта, основы профилактики различных заболеваний, связанных с воздействием факторов физической культуры и спорта у лиц, занимающихся физическими упражнениями, способы повышения оздоровительной эффективности занятий физическими упражнениями;;
- формирование умений применять полученные знания для создания оптимальных условий, организации и содержания занятий физической культурой и спортом;;
- формирование навыками владения гигиеническими методами оценки факторов физической культуры и спорта.

Задачами учебной дисциплины являются:

- изучение влияния внешней среды на состояние здоровья и работоспособность занимающихся физической культурой и спортом и их оздоровление;;
- научно обосновывать и разрабатывать гигиенические нормативы, правила и мероприятия по созданию оптимальных условий для физического воспитания и спортивной тренировки;
- научно обосновывать и разрабатывать нормативы, правила и мероприятия по использованию гигиенических средств и природных факторов для укрепления здоровья, повышения работоспособности и роста спортивных достижений.

2 Место учебной дисциплины в структуре ООП по направлению подготовки (специальности)

Учебная дисциплина относится к учебным дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений **Блока 1 «Дисциплины (модули)»** ООП по направлению подготовки (специальности) 44.03.01 «Педагогическое образование».

Учебная дисциплина базируется на предварительном усвоении обучающимися учебных дисциплин:

- Теория и методика спортивных игр;
- Теория и методика легкой атлетики;
- Теория и методика гимнастики;
- Физическая культура и спорт.

Учебная дисциплина дополняет знания и умения, получаемые по одновременно изучаемым и последующим учебным дисциплинам:

- Теория и методика плавания;
- Анатомия;
- Биохимия физической культуры и спорта;
- Теория и методика физической культуры;
- Физиология физического воспитания и спорта;

- Методика обучения физической культуре;
- Биомеханика;
- Лечебная физическая культура и массаж;
- Производственная педагогическая практика.

3 Планируемые результаты обучения по учебной дисциплине

Процесс изучения учебной дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– Профессиональные компетенции

Наименование категории (группы) ПК	Код и наименование ПК	Код и наименование индикатора достижения ПК	Планируемые результаты обучения
	ПК-3: Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами физической культуры	ПК-3.3 Определяет основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития и социализации личности, индикаторы и индивидуальные особенности траектории жизни и их возможные девиации, приемы их диагностики	<ul style="list-style-type: none"> – знать: факторы риска нарушения здоровья, основные гигиенические средства и методы профилактики заболевания и здорового образа жизни различных групп населения. – уметь: формировать навыки здорового образа жизни с целью оздоровления и физического совершенствования различных групп населения на основе гигиенических знаний, принципов и норм.

– Универсальные компетенции

Наименование категории (группы) УК	Код и наименование УК	Код и наименование индикатора достижения УК	Планируемые результаты обучения
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессионально	УК-7.3 Использует методику самоконтроля для определения уровня здоровья и физической подготовленности в соответствии с нормативными	<ul style="list-style-type: none"> – знать: методику самоконтроля для определения уровня здоровья и физической подготовленности. – уметь: выполнять и подбирать комплексы

	й деятельности	требованиями и условиями будущей профессиональной деятельности	упражнений в соответствии с нормативными требованиями и условиями будущей профессиональной деятельности.
Безопасность жизнедеятельности	УК-8: Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности и для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1 Создает и поддерживает безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	– знать: цель, задачи и структуру службы медицины катастроф. – уметь: поддерживать безопасные условия жизнедеятельности .
		УК-8.2 Идентифицирует угрозы и риски в среде обитания человека; управляет экологическими рисками в целях сохранения окружающей среды и обеспечения устойчивого развития общества	– знать: закономерности действия вредных и опасных факторов окружающей среды в повседневной жизни и в профессиональной деятельности методы их исследования . – уметь: определять показатели и оценивать степени влияния отдельных факторов окружающей среды на человека: параметры микроклимата, качество питьевой воды, проводить оценку активности индивидуального питания.
		УК-8.3 Применяет правила безопасности труда на рабочем месте	– знать: правила безопасности труда на рабочем месте. – уметь: выявлять и оценивать риски влияния на

			жизнедеятельность различных элементов среды обитания.
--	--	--	---

4 Объем и содержание учебной дисциплины

Учебные занятия по учебной дисциплине проводятся в форме контактной работы и в форме самостоятельной работы обучающихся.

Контактная работа включает в себя занятия лекционного типа (лекции), занятия семинарского типа (семинары, практические занятия, практикумы), промежуточную аттестацию обучающихся и иные формы взаимодействия обучающихся с педагогическими работниками и (или) лицами, привлекаемыми к реализации ООП на иных условиях, в том числе при проведении промежуточной аттестации обучающихся. Контактная работа может проводиться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

Объем учебной дисциплины

Сессия / курс		ИТОГО	1 сессия / 4 курс	2 сессия / 4 курс
Форма промежуточной аттестации				<i>зачет</i>
Трудоёмкость	<i>академ. час.</i>	72	36	36
	<i>зачетных единиц</i>	2	1	1
Лекции, <i>академ. час.</i>		4	2	2
в форме практической подготовки		0	0	0
Лабораторные работы, <i>академ. час.</i>		0	0	0
в форме практической подготовки		0	0	0
Практические занятия, <i>академ. час.</i>		4	0	4
в форме практической подготовки		0	0	0
Курсовая работа / проект, <i>академ. час.</i>		0	0	0
в форме практической подготовки		0	0	0
Консультации, <i>академ. час.</i>		0	0	0
в форме практической подготовки		0	0	0
Самостоятельная работа, <i>академ. час.</i>		60	34	26
в форме практической подготовки		0	0	0
Контроль, <i>академ. час.</i>		4	0	4
в форме практической подготовки		0	0	0

Содержание учебной дисциплины

Раздел 1 Гигиена физической культуры и спорта как одна из отраслей общей гигиены (Актуальность применения гигиенических знаний в общей, спортивной и физкультурной деятельности человека. История гигиены. Основы общей гигиены. Основные понятия и термины.

Отрасли гигиены. Гигиена физической культуры и спорта. Предмет и задачи дисциплины ее основные разделы, их содержание и взаимосвязь. Методы исследования в гигиене.);

Раздел 2 Влияние факторов внешней среды на здоровье и работоспособность человека (Биологические факторы внешней среды и профилактика инфекционных заболеваний. Гигиена воздуха, воды и почвы. Мероприятия по предупреждению инфекционных заболеваний. Определение гигиенических свойств воздуха, воды);

Раздел 3 Личная гигиена физкультурника и спортсмена. Гигиена питания (Личная гигиена. Профилактика заболеваний, связанных с употреблением психоактивных веществ. Психоактивные вещества и их влияние на организм человека, эффективность его физкультурно-спортивной деятельности. Общие сведения о рациональном питании. Определение суточного расхода энергии. Гигиеническая оценка суточного рациона спортсмена);

Раздел 4 Гигиенические требования к местам занятий физкультурно-спортивной деятельностью (Способы оценки гигиенических условий организации воспитательно-образовательного процесса в школе. Способы гигиенической оценки спортивных сооружений.);

Раздел 5 Гигиеническое обеспечение физического воспитания в школе (Основные гигиенические требования к организации воспитательно-образовательного процесса в школе. Гигиенические требования к школьным помещениям. Способы оценки гигиенических условий организации образовательного процесса в школе. Гигиенические требования при занятиях различными видами спорта).

5 Перечень тем лекций

№ раздела / темы дисциплины	Темы лекций	Трудоемкость, <i>академ. час</i>	
		всего	в форме практической подготовки
Раздел 1.	Гигиена физической культуры и спорта как одна из отраслей общей гигиены	0.5	
Раздел 2.	Влияние факторов внешней среды на здоровье и работоспособность человека	1	
Раздел 3.	Личная гигиена физкультурника и спортсмена. Гигиена питания	1	
Раздел 4.	Гигиенические требования к местам занятий	1	

	физкультурно-спортивной деятельностью		
Раздел 5.	Гигиеническое обеспечение физического воспитания в школе	0.5	
Итого:		4	0

6 Перечень тем практических занятий (семинаров)

№ раздела / темы дисциплины	Темы практических занятий (семинаров)	Трудоемкость, <i>академ. час</i>	
		всего	в форме практической подготовки
Раздел 1; Раздел 2.	Гигиена физической культуры и спорта как одна из отраслей общей гигиены Влияние факторов внешней среды на здоровье и работоспособность человека	0.5	
Раздел 3.	Личная гигиена физкультурника и спортсмена. Гигиена питания	1	
Раздел 4.	Гигиенические требования к местам занятий физкультурно-спортивной деятельностью	1	
Раздел 5.	Гигиеническое обеспечение физического воспитания в школе	1.5	
Итого:		4	0

7 Перечень тем лабораторных работ

№ раздела / темы дисциплины	Темы лабораторных работ	Трудоемкость, <i>академ. час</i>	
		всего	в форме практической подготовки
	<i>Отсутствуют</i>		
Итого:		0	0

8 Перечень тем курсовых работ (проектов)

№ раздела / темы дисциплины	Темы курсовых работ (проектов)	Трудоемкость, <i>академ. час</i>	
		всего	в форме практической подготовки
	<i>Отсутствуют</i>		
Итого:		0	0

9 Виды самостоятельной работы

№ раздела / темы дисциплины	Виды самостоятельной работы	Трудоемкость, <i>академ. час</i>	
		всего	в форме практической подготовки
Раздел 1.	1. Изучение теоретического материала; 2. Контрольная работа; 3. Подготовка к практическому занятию; 4. Прохождение тестирования.	12	
Раздел 2.	1. Изучение теоретического материала; 2. Контрольная работа; 3. Подготовка к практическому занятию; 4. Прохождение тестирования.	12	
Раздел 3.	1. Изучение теоретического материала; 2. Контрольная работа; 3. Подготовка к практическому занятию; 4. Прохождение тестирования.	12	
Раздел 4.	1. Изучение теоретического материала; 2. Контрольная работа; 3. Подготовка к практическому занятию; 4. Прохождение тестирования.	12	
Раздел 5.	1. Изучение теоретического материала; 2. Контрольная работа; 3. Подготовка к практическому занятию; 4. Прохождение тестирования.	12	
<i>Контроль</i>	<i>Подготовка к зачёту</i>	4	
Итого:		64	0

10 Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины

а) литература:

1 Богомолова, М. М. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности : учебно-методическое пособие / М. М. Богомолова. — Волгоград : ВГАФК, 2020. — 126 с. — URL: <https://e.lanbook.com//book/173439> (дата обращения: 29.03.2024);

2 Физиологические технологии повышения работоспособности в физической культуре и спорте : учебное пособие / сост. И.Н. Калинин, С.Ю. Калинин ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта и др. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 109 с. : схем., табл. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336071>. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336071> (дата обращения: 29.03.2024);

3 Курс лекций по гигиеническим основам физкультурно-спортивной деятельности : учебное пособие / В.А. Ляпин, И.П. Флянку, Н.В. Семенова и др. ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии, спортивной медицины и гигиены. — Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — 229 с. : ил., табл. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429363> (дата обращения: 29.03.2024);

4 Стеблецов, Е.А. Гигиена физической культуры и спорта: учебник для вузов / Е.А. Стеблецов, А.И. Григорьев, О.А. Григорьев; под редакцией Е.А. Стеблецова. - Москва: Издательство Юрайт, 2023. - 308 с. - ISBN 978-5-534-14311-9. — URL: <https://urait.ru/bcode/519722> (дата обращения: 29.03.2024).

б) ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1 Консультант студента : электронно-библиотечная система / ООО «КОНСУЛЬТАНТ СТУДЕНТА». — Москва, [200 –]. — URL: <http://www.studentlibrary.ru>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей;

2 ЛАНЬ : электронно-библиотечная система : [коллекция «Инженерно-технические науки»] / ООО «Издательство ЛАНЬ». — Санкт-Петербург, [200 –]. — URL: <http://e.lanbook.com>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей;

3 НАУЧНАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА eLIBRARY.RU : база данных / ООО «НЭБ». — Москва, [200 –]. — URL: <http://elibrary.ru>. — Режим доступа: по подписке;

4 Образовательная платформа ЮРАЙТ / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». — Москва, [200 –]. — URL: <https://urait.ru>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей;

5 Университетская библиотека онлайн : электронно-библиотечная система / ООО «Директ-Медиа». – Москва, [200 –]. – URL: <https://biblioclub.ru>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей. – URL: <http://www.biblioclub.ru>;

6 Электронная библиотека // Научно-техническая библиотека СибГИУ : сайт. – Новокузнецк, [200 –]. – URL: <http://library.sibsiu.ru/LibrELibraryFullText.asp>. – Режим доступа: для авторизир. пользователей. – URL: <https://library.sibsiu.ru/LibrELibraryFullText.asp>;

7 Электронные периодические издания ИВИС : универсальная база данных / ООО «ИВИС». – Москва, [200 –]. – URL: <http://eivis.ru>. – Режим доступа: по подписке;

8 Электронный каталог : сайт / Научно-техническая библиотека СибГИУ. – Новокузнецк, [199 –]. – URL: <http://libr.sibsiu.ru>. – URL: <https://libr.sibsiu.ru>.

в) лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- 7-Zip;
- Adobe Acrobat Reader;
- Astra Linux Special Edition;
- Kaspersky Endpoint Security;
- Microsoft Office;
- Microsoft Windows;
- OnlyOffice;
- Р7-Офис.

г) базы данных и информационно-справочные системы:

1 ГАРАНТ : справочно-правовая система / ООО «Правовой центр «Гарант». – Кемерово, [200 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть Сиб. гос. индустр. ун-та.;

2 КонсультантПлюс : справочно-правовая система / ООО «Информационный центр АНВИК». – Новокузнецк, [199 –]. – Режим доступа: компьютерная сеть библиотеки Сиб. гос. индустр. ун-та.

11 Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины

Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины включает учебные аудитории, оснащенные оборудованием, компьютерной техникой, и техническими средствами обучения, в том числе:

- учебную аудиторию для проведения занятий лекционного типа, оборудованную учебной доской, экраном и мультимедийным проектором;
- учебную аудиторию для проведения занятий семинарского типа (практических занятий);
- учебную аудиторию (помещения) для групповых и индивидуальных

консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации;
- помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду, научно-техническую библиотеку СибГИУ.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки (специальности) 44.03.01 «Педагогическое образование».

Составитель(и):

заведующий сектором опоп Морина Анна Станиславовна
(кафедра дошкольного и начального образования);

доцент кафедрой физической культуры и спорта Маханькова
Наталья Александровна (кафедра физической культуры и спорта).

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры.

Приложение

Аннотация рабочей программы дисциплины «Гигиена физической культуры и спорта»

по направлению подготовки (специальности)
44.03.01 «Педагогическое образование»
(направленность (профиль): «Физическая культура»)
форма обучения – Заочная форма

1 Цели и задачи освоения учебной дисциплины

Целями учебной дисциплины являются:

- изучение основных понятий гигиены физической культуры и спорта, основы профилактики различных заболеваний, связанных с воздействием факторов физической культуры и спорта у лиц, занимающихся физическими упражнениями, способы повышения оздоровительной эффективности занятий физическими упражнениями;;
- формирование умений применять полученные знания для создания оптимальных условий, организации и содержания занятий физической культурой и спортом;;
- формирование навыками владения гигиеническими методами оценки факторов физической культуры и спорта.

Задачами учебной дисциплины являются:

- изучение влияния внешней среды на состояние здоровья и работоспособность занимающихся физической культурой и спортом и их оздоровление;;
- научно обосновывать и разрабатывать гигиенические нормативы, правила и мероприятия по созданию оптимальных условий для физического воспитания и спортивной тренировки;
- научно обосновывать и разрабатывать нормативы, правила и мероприятия по использованию гигиенических средств и природных факторов для укрепления здоровья, повышения работоспособности и роста спортивных достижений.

2 Место учебной дисциплины в структуре ООП по направлению подготовки (специальности)

Учебная дисциплина относится к учебным дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений **Блока 1 «Дисциплины (модули)»** ООП по направлению подготовки (специальности) 44.03.01 «Педагогическое образование».

Учебная дисциплина базируется на предварительном усвоении обучающимися учебных дисциплин:

- Теория и методика спортивных игр;
- Теория и методика легкой атлетики;

- Теория и методика гимнастики;
- Физическая культура и спорт.

Учебная дисциплина дополняет знания и умения, получаемые по одновременно изучаемым и последующим учебным дисциплинам:

- Теория и методика плавания;
- Анатомия;
- Биохимия физической культуры и спорта;
- Теория и методика физической культуры;
- Физиология физического воспитания и спорта;
- Методика обучения физической культуре;
- Биомеханика;
- Лечебная физическая культура и массаж;
- Производственная педагогическая практика.

3 Планируемые результаты обучения по учебной дисциплине

Процесс изучения учебной дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– Профессиональные компетенции

Наименование категории (группы) ПК	Код и наименование ПК	Код и наименование индикатора достижения ПК	Планируемые результаты обучения
	ПК-3: Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами физической культуры	ПК-3.3 Определяет основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития и социализации личности, индикаторы и индивидуальные особенности траектории жизни и их возможные девиации, приемы их диагностики	<ul style="list-style-type: none"> – знать: факторы риска нарушения здоровья, основные гигиенические средства и методы профилактики заболевания и здорового образа жизни различных групп населения. – уметь: формировать навыки здорового образа жизни с целью оздоровления и физического совершенствования различных групп населения на основе гигиенических знаний, принципов и норм.

– Универсальные компетенции

Наименование категории (группы) УК	Код и наименование УК	Код и наименование индикатора	Планируемые результаты обучения

		достижения УК	
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.3 Использует методику самоконтроля для определения уровня здоровья и физической подготовленности в соответствии с нормативными требованиями и условиями будущей профессиональной деятельности	– знать: методику самоконтроля для определения уровня здоровья и физической подготовленности . – уметь: выполнять и подбирать комплексы упражнений в соответствии с нормативными требованиями и условиями будущей профессиональной деятельности.
Безопасность жизнедеятельности	УК-8: Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности и для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1 Создает и поддерживает безопасные условия жизнедеятельности , в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	– знать: цель, задачи и структуру службы медицины катастроф. – уметь: поддерживать безопасные условия жизнедеятельности .
		УК-8.2 Идентифицирует угрозы и риски в среде обитания человека; управляет экологическими рисками в целях сохранения окружающей среды и обеспечения устойчивого развития общества	– знать: закономерности действия вредных и опасных факторов окружающей среды в повседневной жизни и в профессиональной деятельности методы их исследования . – уметь: определять показатели и оценивать степени влияния отдельных факторов окружающей среды на человека: параметры микроклимата, качество питьевой воды, проводить

			оценку активности индивидуального питания.
		УК-8.3 Применяет правила безопасности труда на рабочем месте	– знать: правила безопасности труда на рабочем месте. – уметь: выявлять и оценивать риски влияния на жизнедеятельность различных элементов среды обитания.

4 Объем учебной дисциплины

Сессия / курс		ИТОГО	1 сессия / 4 курс	2 сессия / 4 курс
Форма промежуточной аттестации				<i>зачет</i>
Трудоёмкость	<i>академ. час.</i>	72	36	36
	<i>зачетных единиц</i>	2	1	1
Лекции, <i>академ. час.</i>		4	2	2
в форме практической подготовки		0	0	0
Лабораторные работы, <i>академ. час.</i>		0	0	0
в форме практической подготовки		0	0	0
Практические занятия, <i>академ. час.</i>		4	0	4
в форме практической подготовки		0	0	0
Курсовая работа / проект, <i>академ. час.</i>		0	0	0
в форме практической подготовки		0	0	0
Консультации, <i>академ. час.</i>		0	0	0
в форме практической подготовки		0	0	0
Самостоятельная работа, <i>академ. час.</i>		60	34	26
в форме практической подготовки		0	0	0
Контроль, <i>академ. час.</i>		4	0	4
в форме практической подготовки		0	0	0

5 Краткое содержание учебной дисциплины

В структуре учебной дисциплины выделяются следующие основные разделы (темы):

Раздел 1 Гигиена физической культуры и спорта как одна из отраслей общей гигиены (Актуальность применения гигиенических знаний в общей, спортивной и физкультурной деятельности человека. История гигиены. Основы общей гигиены. Основные понятия и термины. Отрасли гигиены. Гигиена физической культуры и спорта. Предмет и задачи дисциплины ее основные разделы, их содержание и взаимосвязь. Методы исследования в гигиене.);

Раздел 2 Влияние факторов внешней среды на здоровье и работоспособность человека (Биологические факторы внешней среды и профилактика инфекционных заболеваний. Гигиена воздуха, воды и почвы. Мероприятия по предупреждению инфекционных заболеваний. Определение гигиенических свойств воздуха, воды);

Раздел 3 Личная гигиена физкультурника и спортсмена. Гигиена питания (Личная гигиена. Профилактика заболеваний, связанных с употреблением психоактивных веществ. Психоактивные вещества и их влияние на организм человека, эффективность его физкультурно-спортивной деятельности. Общие сведения о рациональном питании. Определение суточного расхода энергии. Гигиеническая оценка суточного рациона спортсмена);

Раздел 4 Гигиенические требования к местам занятий физкультурно-спортивной деятельностью (Способы оценки гигиенических условий организации воспитательно-образовательного процесса в школе. Способы гигиенической оценки спортивных сооружений.);

Раздел 5 Гигиеническое обеспечение физического воспитания в школе (Основные гигиенические требования к организации воспитательно-образовательного процесса в школе. Гигиенические требования к школьным помещениям. Способы оценки гигиенических условий организации образовательного процесса в школе. Гигиенические требования при занятиях различными видами спорта).

6 Составитель(и):

заведующий сектором опоп Морина Анна Станиславовна (кафедра дошкольного и начального образования);

доцент кафедрой физической культуры и спорта Маханькова Наталья Александровна (кафедра физической культуры и спорта).