

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

УТВЕРЖДЕНО
на заседании Педагогического совета
Медицинского колледжа им. А.Л.Поленова ИМЭиФК
протокол № 11 от 20 июня 2024 г.
_____ Филиппова С.И.
подпись руководителя учебного подразделения СПО



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная дисциплина	ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
Учебное подразделение	МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИМЕНИ А.Л.ПОЛЕНОВА
Курс	2

Специальность 49.02.02 Адаптивная физическая культура (3 ГОДА 10 МЕСЯЦЕВ)

Направление (при наличии) -

Форма обучения ОЧНАЯ

Дата введения в учебный процесс УлГУ «1» сентября 2024 г.

Программа актуализирована на заседании ПЦК/УМС: протокол № _____ от _____ 20 _____ г

Сведения о разработчиках

ФИО	должность
Бахитова Альфия Ряшитовна	Преподаватель

СОГЛАСОВАНО Председатель ПЦК Общепрофессиональных дисциплин _____ (Подпись) «20» июня 2024 года	Апполонова О.С.
--	-----------------

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УД

1.1. Цели и задачи, результаты освоения (знания, умения)

Цель – раскрыть закономерности взаимосвязи человека и окружающей среды, рассмотреть здоровье человека с позиции влияния на организм природных, антропогенных и социальных факторов и разрабатывает мероприятия по профилактике заболеваний, обеспечению оптимальных условий существования, сохранению здоровья и продлению жизни.

Гигиенические основы физического воспитания является основой здорового образа жизни. Одним из важнейших факторов, который способствует укреплению здоровья человека, повышает его функциональные возможности, и способность противостоять негативным факторам окружающей среды является двигательная активность, рациональное питание и закаливание. Занятия физической культурой и спортом расширяют адаптационные возможности не только здорового, но и больного человека, способствует реабилитации больных и инвалидов.

Задачи:

- вооружить студентов знаниями вопросов закономерности взаимодействия организма человека с окружающей средой, знаниями по вопросам охраны окружающей среды и экологии, по вопросам внедрения в практику основ здорового образа жизни, использования всех методов и средств по развитию двигательной активности, закаливанию, повышению адаптационных возможностей организма здоровых и больных людей, улучшение их состояния здоровья, физического развития, повышение работоспособности и продление активного долголетия.
- уделить внимание вопросам гигиены физической культуры и спорта, гигиеническому обеспечению спортсменов, гигиене физкультурно-спортивной деятельности инвалидов, гигиене спортивных сооружений.
- Научить будущих специалистов по адаптивной физической культуре квалифицированно и всесторонне оценивать взаимодействие организма и внешней среды, оценивать значение физкультурно-спортивной деятельности и закаливания не только для различных слоев населения, но и для спортсменов инвалидов.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 07, ОК 08, ОК 09	соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья; понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые);	правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения; роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни;

1.2. Место дисциплины в структуре ППССЗ

Программа по учебной дисциплине ОП 10 ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА является частью образовательной программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура (3 года 10 месяцев), в части освоения программы среднего общепрофессионального образования на базе основного общего образования.

Учебная дисциплина ОП 10 ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА обеспечивает формирование и развитие профессиональных и общих компетенций ОК 7, ОК 8, ОК 9.

1.3. Количество часов на освоение программы – 36 ч

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

2. Структура и содержание УД

2.1. Объем и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	36/36
в том числе:	
теоретическое обучение	30/30
практическое обучение	6/6
Самостоятельная работа	-
<i>Текущий контроль знаний в форме</i>	
<i>- устный,</i>	
<i>- письменный опрос,</i>	
<i>- тестирование</i>	
<i>Промежуточная аттестация в форме</i>	зачет

В случае необходимости использования в учебном процессе частично/ исключительно дистанционных образовательных технологий в таблице через слеш указывается количество часов работы ППС с обучающимися, для проведения занятий в дистанционном формате с применением электронного обучения на платформе ЭИОС УлГУ

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

2.2. Тематический план и содержание

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Коды общих и профессиональных компетенций, личностных, результатов, формированию которых способствует элемент программы, в т.ч. в соответствии с программой воспитания	Форма текущего контроля
<i>Раздел 1. Предмет гигиены и гигиена окружающей среды.</i>				
<i>Тема 1.1. Введение.</i> Предмет, методы, задачи, гигиены. Основные разделы гигиены. Методы гигиенических исследований, гигиена физкультуры и спорта.	<i>Содержание учебного материала</i> <i>Теоретическое занятие</i> Краткий исторический очерк развития гигиены. Разделы гигиены и их характеристика. Методы гигиенических исследований. Задачи гигиены физкультуры и спорта	2	ЦО 1-8 ОК 7, ОК 8, ОК 9.	<i>Устный опрос</i>
<i>Тема 1.2. Гигиенические и</i>	<i>Содержание учебного материала</i>	2	ЦО 1-8	<i>Устный опрос</i>

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

экологические значения объектов внешней среды: воздух, почва, вода. Окружающая среда и ее гигиеническая характеристика.	<i>Теоретическое занятие</i> Гигиена воздуха. Химический состав воздуха. Физиологическое значение воздуха в жизни человека. Источники загрязнения биосферы (атмосферы, литосферы, гидросферы). Влияние загрязнений на здоровье человека. Микроклимат, его параметры, пути оптимизации микроклимата. Климат. Акклиматизация. Адаптация, её виды, значение. Вода как фактор биосферы, ее физиологическое, гигиеническое и эпидемиологическое значение. Показатели качества воды. Системы водоснабжения. Мероприятия по охране окружающей среды. Гигиена воздуха. Гигиеническая характеристика почвы		ОК 7, ОК 8, ОК 9	<i>Тестирование</i>
Раздел 2. Личная гигиена				
<i>Тема 2.1.</i> Личная гигиена тела. Гигиена спортивной одежды и обуви.	<i>Содержание учебного материала</i> <i>Теоретическое занятие</i> Личная гигиена как фактор здорового образа жизни. Правила личной гигиены. Гигиена тела, сна. Гигиена одежды, обуви. Гигиена половой жизни спортсменов. Методы и формы гигиенического воспитания детей, подростков	2	ЦО 1-8 ОК 7, ОК 8, ОК 9	<i>Устный опрос</i>
	<i>Практическое занятие</i> 1. Использование правил личной гигиены на занятиях физической культурой 2. Гигиена тела, сна. 3. Гигиена одежды, обуви. 4. Гигиена половой жизни спортсменов. 5. Методы и формы гигиенического воспитания детей, подростков	2		<i>Устный опрос</i> <i>Тестирование</i>
<i>Тема 2.2.</i> Гигиена здорового образа жизни	<i>Содержание учебного материала</i> <i>Теоретическое занятие</i> Определение «Здоровый образ жизни». Элементы здорового образа жизни:	2	ЦО 1-8 ОК 7, ОК 8, ОК 9	<i>Устный опрос</i> <i>Тестирование</i>

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

	рациональный труд и отдых, занятия физической культурой, культура питания, предупреждение вредных привычек (курение, наркомания, токсикомания, алкоголизм) и борьба с ними, индивидуальная профилактика заболеваний			
<i>Тема 2.3. Гигиена закаливания</i>	<i>Содержание учебного материала</i> <i>Теоретическое занятие</i> Закаливание - как средство физического воспитания. Методики закаливания, использование природных факторов: воздуха, воды, УФЛ. Современные методики закаливания, правила закаливания. Значение закаливания для спортсменов и учителей адаптивной физической культуры. Принципы закаливания	2	ЦО 1-8 ОК 7, ОК 8, ОК 9	<i>Устный опрос</i> <i>Тестирование</i>
Раздел 3. Гигиенические проблемы питания				
<i>Тема 3.1. Основы рационального питания. Питание отдельных групп населения. Особенности питания детей, подростков. Заболевания, связанные с пищей</i>	<i>Содержание учебного материала</i> <i>Теоретическое занятие</i> Химический состав пищевых продуктов: белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные вещества, их характеристика. Источники. Ксенобиотики. Принципы рационального питания. Энергозатраты. Суточная потребность в энергии.	2	ЦО 1-8 ОК 7, ОК 8, ОК 9	<i>Устный опрос</i> <i>Тестирование</i>
	<i>Практическое занятие</i> 1. Рассчитать количество употребляемых калорий студента, занимающегося спортом 2. Принципы рационального питания	2		<i>Письменный и устный опрос</i>
<i>Тема 3.2. Особенности питания спортсменов</i>	<i>Содержание учебного материала</i> <i>Теоретическое занятие</i> Режим питания при занятиях физической культуры и спорта. Особенности	2	ЦО 1-8 ОК 7, ОК 8, ОК 9	<i>Устный опрос</i> <i>Тестирование</i>

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

	питания на тренировочных сборах, во время соревнований, перед стартом, до и после тяжелой физической нагрузки, в восстановительном периоде. Питание спортсменов на дистанции. Особенности питания юных спортсменов			
Раздел 4. Гигиена физического воспитания детей, подростков и людей среднего и пожилого возраста				
<i>Тема 4.1. Гигиена физического воспитания детей и подростков.</i>	<i>Содержание учебного материала</i> <i>Теоретическое занятие</i> Суточная двигательная активность и ее влияние на здоровье. Физиологические особенности детей и подростков. Гигиена физического воспитания детей и подростков. Формирование двигательной активности школьников.	2	ЦО 1-8 ОК 7, ОК 8, ОК 9	<i>Устный опрос</i>
	<i>Практическое занятие</i> 1. Гигиеническое нормирование физических нагрузок для детей и подростков на занятиях физической культурой. 2. Расчет моторной и общей плотности занятия	2		<i>Письменный и устный опрос</i>
<i>Тема 4.2. Гигиена физического воспитания людей среднего и пожилого возраста</i>	<i>Содержание учебного материала</i> <i>Теоретическое занятие</i> Суточная двигательная активность и ее влияние на здоровье. Гигиена физической культуры на производстве, по месту жительства. Физиологические особенности людей среднего и пожилого возраста. Гигиеническое нормирование физических нагрузок для лиц зрелого и пожилого возраста.	2	ЦО 1-8 ОК 7, ОК 8, ОК 9	<i>Устный опрос</i>
Раздел 5. Гигиенические основы проектирования,				

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

строительства и эксплуатации спортивных сооружений				
<i>Тема 5.1. Требования к местам строительства спортивных сооружений.</i>	<i>Содержание учебного материала Теоретическое занятие Правила места выбора занятий для строительства спортивных сооружений с учетом «роза ветров», направления движения ветра, наличием озелененности, уровнем грунтовых вод, наличием ветро и пылезащитных полос из зеленых насаждений и с учетом нахождения объектов загрязняющих атмосферу, почву, воду</i>	2	ЦО 1-8 ОК 7, ОК 8, ОК 9	<i>Устный опрос</i>
Раздел 6. Система гигиенического обеспечения подготовки спортсменов. Нормирование физических нагрузок при занятиях спортом				
<i>Тема 6.1. Система гигиенического обеспечения подготовки спортсменов</i>	<i>Содержание учебного материала Теоретическое занятие Гигиенические требования к планированию тренировки. Гигиенические принципы организации занятий физическими упражнениями.</i>	2	ЦО 1-8 ОК 7, ОК 8, ОК 9	<i>Устный опрос</i>
<i>Тема 6.2. Нормирование физических нагрузок при занятиях спортом</i>	<i>Содержание учебного материала Теоретическое занятие Гигиенические требования к структуре, содержанию и нормированию тренировочных нагрузок.</i>	2	ЦО 1-8 ОК 7, ОК 8, ОК 9	<i>Устный опрос</i>
Раздел 7. Гигиенические основы физкультуры спортивной жизни				

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

<i>Тема 7.1. Гигиенические требования к спортивным сооружениям для инвалидов.</i>	<i>Содержание учебного материала</i> <i>Теоретическое занятие</i> Гигиенические требования спортивных сооружений для инвалидов различной нозологии («колясочники», «ампутанты», слепые и слабовидящие, глухие и слабослышащие, лица с нарушениями интеллекта и лица с последствиями ДЦП).	2	ЦО 1-8 ОК 7, ОК 8, ОК 9	<i>Устный опрос</i>
<i>Тема 7. 2. Особенности режима жизни инвалидов. Гигиенические требования к занятиям физической культуры и спорта с инвалидами.</i>	<i>Содержание учебного материала</i> <i>Теоретическое занятие</i> Система комплексной реабилитации инвалидов. Использование естественных факторов природы, системы питания при различных положениях. Цель, задачи и основы реабилитации, основные принципы реабилитации.. Гигиеническое обеспечение спортсменов-инвалидов, гигиена физкультурно-спортивной деятельности инвалидов	2	ЦО 1-8 ОК 7, ОК 8, ОК 9	<i>Письменный и устный опрос</i>
Раздел 8. Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта				
<i>Тема 8.1. Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта.</i>	<i>Содержание учебного материала</i> <i>Теоретическое занятие</i> Санитарно-гигиенические требования к местам занятия физической культурой в разных видах спорта: борьба, гимнастика, плавание, лыжные гонки, спортивные игры. Санитарно-гигиенические требования к одежде и обуви в различных видах спорта. Нормирование физических нагрузок в отдельных видах спорта.	2	ЦО 1-8 ОК 7, ОК 8, ОК 9	<i>Письменный опрос</i>
<p>Примерный перечень вопросов к диф.зачету</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предмет, методы, задачи, гигиены. 2. Основные разделы гигиены. 3. Методы гигиенических исследований. 4. Задачи гигиены физической культуры и спорта. 				

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

5. Гигиеническое и экологическое значение объектов внешней среды; воздух, вода, почва.
6. Личная гигиена как фактор здорового образа жизни
7. Методы и формы гигиенического воспитания
8. Основные правила личной гигиены.
9. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви
10. Закаливание, его цели, задачи
11. Методики закаливания воздухом, водой и солнцем.
12. Значение закаливания для преподавателей адаптивной физической культуры.
13. Что такое здоровый образ жизни.
14. Элементы здорового образа жизни.
15. Особенности питания при занятиях физической культурой и спортом.
16. Значение белков, жиров, углеводов, витаминов и минеральных веществ.
17. Гигиеническое нормирование физических нагрузок
18. Гигиеническое обеспечение спортивных тренировок
19. Гигиена физического воспитания детей, подростков и людей среднего и пожилого возраста.
20. Гигиенические основы проектирования, строительства и эксплуатации спортивных сооружений.
21. Система гигиенического обеспечения подготовки спортсменов.
22. Нормирование физических нагрузок при занятиях спортом.
23. Гигиена физкультурно-спортивной деятельности инвалидов.
24. Особенности режима жизни инвалидов. Гигиена спортивных сооружений для инвалидов.
25. Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта.

	<i>Всего</i>	<i>36ч.</i>		
--	--------------	-------------	--	--

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

3. Условия реализации УД

3.1 Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация УД требует наличия учебного кабинета: «Анатомии и физиологии и гигиены»

Помещение универсального спортивного зала удовлетворяет требования Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02) и оснащено типовым оборудованием, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

Оборудование кабинета

Учебные столы, стулья, доска

Технические средства обучения:

мультимедийная установка

компьютер

3.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Перечень рекомендуемых учебных изданий:

Основные источники:

Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта: учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 308 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16822-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544962>

Дополнительные источники:

Никитушкин, В. Г. Теория и методика физического воспитания. Оздоровительные технологии: учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Г. Никитушкин, Н. Н. Чесноков, Е. Н. Чернышева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 279 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17034-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539408>

Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Е. Ловягина [и др.] ; под редакцией А. Е. Ловягиной. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 338 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00690-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513471>

• Периодические издания:

Адаптивная **физическая культура**: ежеквартал. журнал / СПб. науч.-исслед. ин-т физ. культуры, Гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта, Международный Ун-т семьи и ребенка им. Р. Валленберга. - Москва, 2004-2017, 2020-2024. - Выходит 1 раз в 3 месяца. - Основан в 2000 г. - ISSN 1998-149X : 1.00.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

Человек. Спорт. Медицина / учредитель Южно-Уральский государственный университет (национальный исследовательский университет). - Челябинск, 2001-2024. - Издается с 2001 г. - Выходит 6 раз в год. - Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Образование, здравоохранение, физическая культура (с 2001 по 2015 год). - URL : <https://elibrary.ru/contents.asp?id=37375287>. - Открытый доступ ELIBRARY. - Текст : электронный. - ISSN 2500-0209.

Культура физическая и здоровье / учредитель Воронежский государственный педагогический университет. - Воронеж, 2004-2024. - Выходит 4 раза в год. - Издается с 2004 г. - URL : <https://elibrary.ru/contents.asp?id=37244117>. - Открытый доступ ELIBRARY. - Текст : электронный. - ISSN 1999-3455

Учебно-методические:

Бахитова А. Р.

Гигиенические основы физической культуры и спорта : методические рекомендации для студентов специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура / А. Р. Бахитова ; Ульян. гос. ун-т, Мед. колледж им. А. Л. Поленова. - 2024. - Неопубликованный ресурс. - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/15843>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный.

Согласовано:

Ведущий специалист НБ УлГУ/ Носова Т.Б. /  / 20 июня 2024 г

Должность сотрудника научной библиотеки

ФИО

подпись

дата

- Информационные справочные системы современных информационно-коммуникационных технологий:

Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2024]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство «ЮРАЙТ». – Москва, [2024]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Политехресурс». – Москва, [2024]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО «Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг». – Москва, [2024]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

«Букап». – Томск, [2024]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/> . – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС «Лань». – Санкт-Петербург, [2024]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. ЭБС Znanium.com : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Знаниум». - Москва, [2024]. - URL: <http://znanium.com> . – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

2. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: справочная правовая система. / ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2024].

3. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО «Научная Электронная Библиотека». – Москва, [2024]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

4. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2024]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. Российское образование : федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

6. Электронная библиотечная система УлГУ : модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

Согласовано:

Инженер ведущий



Щуренко Ю.В.

2024

3.3. Специальные условия для обучающихся с ОВЗ

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

– для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации.

– для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации.

– для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации.

В случае необходимости использования в учебном процессе частично/ исключительно дистанционных образовательных технологий, организация работы ПС с обучающимися с ОВЗ и инвалидами предусматривается в электронной информационно-образовательной среде с учетом их индивидуальных психофизических особенностей

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

4. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ не предусмотрена

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УД

Контроль и оценка результатов освоения УД осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, устного и письменного опроса, а также выполнения обучающимися видов деятельности.

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
- правила экологической безопасности при организации и осуществлении профессиональной деятельности;	- перечисление и объяснение правил экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности;	Устный опрос, проверочные работы, тестирование, диф. зачёт
- основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности;	- перечисление и характеристика основных ресурсов, задействованных в профессиональной деятельности;	
-нормативную документацию;	- перечисление и характеристика нормативной документации, регламентирующей гигиенические требования к профессиональной деятельности;	
- гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;	- перечисление и объяснение гигиенических норм, требований и правил сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; -описание возрастной периодизации, особенностей детей и подростков - определение особенностей двигательной активности человека, особенности её нормирование и поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения;	
- понятие медицинской группы;	- определение понятия «медицинская группа»;	
- вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;	- перечисление средств восстановления работоспособности; - характеристика гигиенических средств восстановления и повышения работоспособности;	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

- основы профилактики предотвращения травматизма;	- перечисление способов предотвращения травматизма;	
- основы гигиены питания детей, подростков и молодежи;	- определение гигиенических требования к питанию и пище для различных возрастных групп, занимающихся: энергетическая ценность, энерготраты; - определение особенностей питания в зависимости от вида спорта и климатических условий, особенностей питания спортсменов разной специализации на отдельных этапах тренировки;	
- гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий;	- перечисление гигиенических требований к спортивным сооружениям: спортивным залам, открытым водоемам, искусственным бассейнам, стадионам и спортивным комплексам и др.	
- гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой детей, подростков и молодежи;	- характеристика основных форм и особенностей занятий физической культурой детей, подростков и молодежи;	
- основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;	- определение особенностей личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;	
- гигиенические основы закаливания;	- описание гигиенических основ закаливания;	
- физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании.	- характеристика физиолого-гигиенических и социальных аспектов курения, нарко- и токсикомании	
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
- использовать нормативную документацию профессиональной деятельности;	- использование нормативных документов при решении задач профессиональной деятельности;	Оценка результатов выполнения практических, лабораторных работ,

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф- Рабочая программа учебной дисциплины		

- использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся/занимающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих);	- использование знаний гигиены при решении задач профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся/занимающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих);	диф. зачёт
---	--	------------

Разработчик



преподаватель Бахитова А.Р.