

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РСО – АЛАНИЯ
ГБПОУ «СЕВЕРО КАВКАЗСКИЙ ТЕХНИКУМ МЕХАНИЗАЦИИ,
АВТОМАТИЗАЦИИ ЛЕСНОГО ХОЗЯЙСТВА И УПРАВЛЕНИЯ»

УТВЕРЖДАЮ
Врио директора
ГБПОУ «СКТМАЛХУ»

 Марзоев И.К.

« 27 » октября 2022 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.05 ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

СПЕЦИАЛЬНОСТЬ: 49.02.01 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

КВАЛИФИКАЦИЯ: УЧИТЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

г. Алагир 2022 год

Рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом 49.02.01 «Физическая культура», утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014 г. № 1355. Примерной программой, Федеральное учебно-методическое объединение в системе среднего профессионального образования по укрупненным группам профессий, специальностей 49.00.00 Физическая культура и спорт, и учебным планом данного учреждения.

Согласовано

Зав. учебной частью

27 октября 2022 года

 Кайтмазова А.А.

Организация разработчик: ГБПОУ «Северо-кавказский техникум механизации, автоматизации лесного хозяйства и управления»

Разработчик Агнаева Милана Маирбековна
(Фамилия, Имя, Отчество преподавателя)

Рецензенты:

Рецензенты:

1. Зембатова Анна Алихановна, преподаватель ГБПОУ «СКТМАЛХУ»
(указать фамилию, имя, отчество, должность и место работы внутреннего рецензента)

_____ подпись

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
1.1. Область применения рабочей программы	4
1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:	4
1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.....	8
2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.05	
Гигиенические основы физического воспитания	9
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ. 14	
3.1. Материально-техническое обеспечение	14
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	16
5. ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ДАННОЙ ПРОГРАММЫ ДЛЯ ДРУГИХ ООП	19

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения рабочей программы

Программа учебной дисциплины ОП.05 «Гигиенические основы физического воспитания» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО 49.02.01 «Физическая культура».

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Гигиенические основы физического воспитания» входит в профессиональный цикл как общепрофессиональная дисциплина и имеет связь с общепрофессиональными дисциплинами «Анатомия», «Физиология с основами биохимии», «Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа».

1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих);
- составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок;
- определять суточный расход энергии, составлять меню;
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях школы при занятиях физическими упражнениями, организации учебно-воспитательного процесса.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- основы гигиены различных возрастных групп занимающихся;
- гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;
- понятие медицинской группы;
- гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой;
- вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;
- основы профилактики инфекционных заболеваний;
- основы гигиены питания детей, подростков и молодежи;
- гигиена физической культуры при проведении занятий на производстве и по месту жительства;
- гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий;
- гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой детей, подростков и молодежи;
- основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;
- гигиенические основы закаливания;
- гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы;
- физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании.
- гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов;
- понятие о двигательной активности человека, ее нормирование и поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения.

В результате освоения дисциплины обучающийся осваивает элементы компетенций:

В результате изучения учебной дисциплины ОП.06 Гигиенические основы физического воспитания студент должен освоить вид профессиональной деятельности и соответствующие ему профессиональные компетенции:

Код	Профессиональные компетенции
ПК 1.1	Определять цели и задачи, планировать учебные занятия
ПК 1.2	Проводить учебные занятия по физической культуре
ПК 1.3	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты учения
ПК 1.4	Анализировать учебные занятия
ПК 1.5	Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре
ПК 2.1	Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия,
ПК 2.2	Проводить внеурочные мероприятия и занятия
ПК 2.3	Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно-спортивной деятельности
ПК 2.4	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся
ПК 2.5	Анализировать внеурочные мероприятия и занятия
ПК 2.6	Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности
ПК 3.1	Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся
ПК 3.2	Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов
ПК 3.3	Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений
ПК 3.4	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания.

Освоение учебной дисциплины направлено на развитие общих компетенций:

Код	Общие компетенции
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес

Код	Общие компетенции
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития,
ОК 5.	Использовать информационно- коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса,
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей
ОК 11	Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм
ОК 12	Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

- максимальной учебной нагрузки обучающегося 54 часов,
в том числе:
 - обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 36 часов;
 - самостоятельной работы обучающегося 18 часов

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	36
в том числе:	
лабораторные работы	
практические занятия	10
контрольные работы	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	18
в том числе:	
Индивидуальные задания	4
Презентации, составление схем, составление таблиц, рефераты.	10
Решение задач, доклады, проекты.	4
<i>Итоговая аттестация в форме – Дифференцированный зачет</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.05 Гигиенические основы физического воспитания

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Уровень освоения	Объем часов	Осваиваемые элементы компетенций	
1	2	3	4	5	
Раздел 1 Вопросы общей гигиены. Гигиенические требования к условиям внешней среды и спортивным сооружениям			12/2		
Тема 1.1 Гигиенические основы физического воспитания и спорта. Гигиенические требования к условиям внешней среды	Содержание учебного материала		Уровень освоения	4	ОК 01, ОК 09.
	1	Предмет и задачи гигиенических основ физического воспитания. Современные научные представления о здоровье	2	2/2	
	2	Гигиенические требования к условиям внешней среды: воздух, почва, вода	2	2/4	
	Самостоятельная работа обучающихся			2	
	Составить таблицу: «Основные факторы, оказывающие влияние на организм занимающихся». Формулирование терминов в глоссарий.				
Тема 1.2 Гигиенические требования к спортсооружениям и оборудованию мест учебно-тренировочных занятий	Содержание учебного материала		Уровень освоения	6/2	ОК 04.
	1	Общие гигиенические требования к спортивным сооружениям: спортивным залам, открытым водоемам, искусственным бассейнам.	2	2/6	
	2	Общие гигиенические требования к спортивным сооружениям: стадионам и спортивным комплексам	2	2/8	
	Практические занятия			2	
	1	Проведение оценки санитарно-гигиенических условий спортивного сооружения		2/10	
	Самостоятельная работа обучающихся			4	
	Составление акта использования спортивного зала в течение учебного дня. Составление схемы установки спортивных снарядов для организации спортивной деятельности на занятии				

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Уровень освоения	Объем часов	Осваиваемые элементы компетенций	
1	2	3	4	5	
Тема 1.3 Основы личной гигиены на занятиях физической культурой и спортом	Содержание учебного материала		Уровень освоения	ОК 01. ОК 04. ОК 05. ОК 09.	
	1	Личная гигиена и здоровый образ жизни: закаливание, вредные привычки, основы профилактики инфекционных заболеваний, гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физической культурой и спортом	3		2/12
	Самостоятельная работа обучающихся				2
	Доклад: «Составление рационального суточного режима дня»				
Раздел 2. Основы гигиены питания различных возрастных групп занимающихся			8/2		
Тема 2.1 Энерготраты. Калорийность и основные питательные вещества	Содержание учебного материала		Уровень освоения	ОК 04	
	1	Гигиенические требования к питанию и пище для различных возрастных групп занимающихся: энергетическая ценность, энерготраты, Понятие об основном обмене, качественный состав питания, значение и нормы белков, жиров, углеводов в питании, витамины и минеральные вещества	3		2/14
	Практические занятия				2
	1	Определение суточного расхода энергии спортсмена			2/16
	Самостоятельная работа обучающихся				2
	Подготовка сообщений на выбор: «Причины развития различных заболеваний, связанных с потреблением пищи», «Заболевания, обусловленные недостаточным питанием» Формулирование терминов в глоссарий				
Тема 2.2 Рационы и режим питания спортсмена	Содержание учебного материала		Уровень освоения	ОК 02 ОК 04	
	1	Рационы и режим питания спортсмена: питание в зависимости от вида спорта и климатических условий, особенности питания спортсменов разной специализации на отдельных этапах тренировки	2		2/18
	2	Основные принципы и методика составления пищевого рациона: питание на тренировочных сборах, питания спортсменов во время	2		2/20

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Уровень освоения	Объем часов	Осваиваемые элементы компетенций	
1	2	3	4	5	
Тема 2.2 Рационы и режим питания спортсмена	тренировки, особенности питания юных спортсменов			ОК 02 ОК 04	
	Самостоятельная работа обучающихся		2		
	Составление индивидуального меню				
Раздел 3. Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза			8/4		
Тема 3.1 Гигиена занятий физической культурой и спортом у детей и подростков	Содержание учебного материала		Уровень освоения	4/2	ОК 01. ОК 04. ОК 05.
	1	Возрастная периодизация, особенности детей и подростков, акселерация. Основные гигиенические положения подготовки юных спортсменов: характеристика основных форм занятий физической культурой и спортом для детей и подростков, социально-гигиенические факторы, оказывающие оздоровительное влияние на состояние здоровья детей Понятие медицинской группы, особенности гигиены инвалидов и лиц с ограниченными возможностями	3	2/22	
	Практические занятия			2	
	1	Заполнение таблиц гигиенических норм физических нагрузок у детей и подростков на занятиях по физической культуре и спорту		2/24	
	Самостоятельная работа обучающихся			2	
	Составление рационального суточного режима дня школьника				
Тема 3.2. Гигиена занятий физической культурой и спортом у различных возрастных групп населения	Содержание учебного материала		Уровень освоения	4/2	ОК 04. ОК 05
	1	Массовая физическая культура как мощный фактор оздоровления населения Двигательная активность человека, её нормирование и поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения Характеристика основных форм и особенности занятий физической культурой и спортом для людей среднего и пожилого возраста	2	2/26	
	Практические занятия			2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся		Уровень освоения	Объем часов	Осваиваемые элементы компетенций
1	2		3	4	5
Тема 3.2. Гигиена занятий физической культурой и спортом у различных возрастных групп населения	1	Составление режима суточной активности с учётом возраста и характера физических нагрузок		2/28	
	Самостоятельная работа обучающихся			2	
	Составление комплекса общеразвивающих упражнений для медицинских групп. Подготовка докладов и презентаций.				
Раздел 4. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов				8/2	
Тема 4.1. Основные гигиенические требования к организации и проведению тренировочного процесса	Содержание учебного материала		Уровень освоения	4/2	ОК 01. ОК 09.
	1	Основные гигиенические требования к планированию, организации и проведению тренировочного процесса Гигиеническое обеспечение и требования подготовки спортсменов в избранном виде спорта, спортсмена на учебно-тренировочных сборах, требования к подготовке женщин-спортсменок	2	2/30	
	Практические занятия			2	
	1	Заполнение таблиц гигиенических норм физических нагрузок		2/32	
	Самостоятельная работа обучающихся			2	
	Подготовить доклады и презентации выбрав одно из гигиенических средств восстановления и повышения работоспособности.				
Тема 4.2 Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в сложных климатогеографических условиях	Содержание учебного материала		Уровень освоения	2	ОК 01. ОК 05. ОК 09.
	1	Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в различных условиях Циклическое изменение работоспособности, временная адаптация, акклиматизация	2	2/34	
Тема 4.3 Гигиенические средства восстановления	Содержание учебного материала		Уровень освоения	2	ОК 01.
	1	Классификация средств восстановления работоспособности спортсменов Характеристика отдельных гигиенических средств и методов восстановления работоспособности спортсменов Восстановление спортсменов в отдельных видах спорта	3	2/36	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Уровень освоения	Объем часов	Осваиваемые элементы компетенций
1	2	3	4	5
Итого:			36	
В том числе практических работ:			10	
Самостоятельная работа:			18	
Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет				

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 – ознакомительный (воспроизведение информации, узнавание (распознавание), объяснение ранее изученных объектов, свойств и т.п.);
- 2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- 3 – продуктивный (самостоятельное планирование и выполнение деятельности, решение проблемных задач).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа»:

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся);
- массажные столы;
- учебные наглядные пособия (таблицы, схемы, плакаты);
- компьютерное и видеопроекторное оборудование.
- приборы и оборудование для проведения лабораторных работ (секундомер, термометр, пульсометр, напольные весы и др.)

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Пивоваров, Ю.П. Гигиена и основы экологии человека: учебник для СПО /Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик, Л.Г. Подукова.- 7-е изд., стер.- М.: «Академия», 2019.- 400с.
2. Трифонова, Т. А. Гигиена и экология человека : учебное пособие для СПО / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 206 с.

Дополнительные источники:

1. Гигиена физической культуры и спорта: учебник / под редакцией В.А. Маргазина, О.Н. Семеновой, Е.Е. Ачкасова. – 2-е изд., доп. – СПб.: СпецЛит, 2013. – 255 с.

2. Коваль В.И, Родионова Т.А.. Гигиена физического воспитания и спорта: учебник для студентов высш. учебных заведений/ 2-е издание, стереотипное, 320 с.
3. Маргазин В.А.. Руководство по спортивной медицине / под. Ред. В.А. Маргазина. – СПб.: СпецЛит, 2012. 487 с.

Интернет-ресурсы:

1. Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена: учебное пособие / Н.Ф. Лысова [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017. — 398 с.
2. Здоровый человек и его окружение [Электронный ресурс] : учебник / В. Р. Кучма, О. В. Сивочалова - 4-е изд., испр. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2015
3. СанПиН 2.1.2.1188-03 Плавательные бассейны. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества.
4. СанПиН 2.4.2.2821-10 Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях.
СанПин 31-112-2004 Физкультурно-спортивные залы.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основной целью оценки освоения учебной дисциплины является оценка освоенных умений и усвоенных знаний.

Оценка качества освоения учебной дисциплины включает текущий контроль знаний, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований и других форм.

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины</i>		
- понятие медицинской группы;	- дает определение понятию медицинской группы, - определяет особенности гигиены инвалидов и лиц с ограниченными возможностями	Опрос, тестирование, подготовка сообщений
- гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой;	- определяет гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой;	Опрос, тестирование, подготовка сообщений
- вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;	- перечисляет средства восстановления работоспособности спортсменов; - даёт характеристику гигиеническим средствам восстановления и	Опрос, тестирование, подготовка сообщений
- основы профилактики инфекционных заболеваний;	называет способы профилактики инфекционных заболеваний	Опрос, тестирование, подготовка сообщений
- основы гигиены питания различных возрастных групп занимающихся	- определяет гигиенические требования к питанию и пище для различных возрастных групп, занимающихся: энергетическая ценность,	Опрос, тестирование, подготовка сообщений

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
	энерготраты, - определяет особенности питания в зависимости от вида спорта и климатических условий, особенности питания тренировки	
- общие гигиенические требования к спортивным сооружениям;	- перечисляет гигиенические требования к спортивным сооружениям: спортивным залам, спортивным комплексам	Опрос, тестирование, подготовка сообщений
- особенности гигиены инвалидов и лиц с ограниченными возможностями;	- описывает особенности гигиены инвалидов и лиц с ограниченными возможностями	Опрос, тестирование, подготовка сообщений
- гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;	- описывает возрастную периодизацию, особенности детей и подростков - определяет особенности двигательной активности человека, особенности её нормирования и поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения	Опрос, тестирование, подготовка сообщений
- гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и спортом различных возрастных групп занимающихся;	- даёт характеристику основным формам и особенностям занятий физической культурой и спортом для людей среднего и пожилого возраста	Опрос, тестирование, подготовка сообщений
- гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест тренировочных занятий;	- описывает гигиенические требования к спортивным сооружениям: спортивным залам, открытым водоемам, искусственным бассейнам, стадионам и спортивным комплексам	Опрос, тестирование, подготовка сообщений
- гигиенические основы закаливания;	- описывает гигиенические основы закаливания	Опрос, тестирование, подготовка сообщений
- физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании;	- определяет физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании	Опрос, тестирование, подготовка сообщений
- понятие о двигательной	- определяет понятие	Опрос, тестирование,

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
активности человека, ее нормирование и поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения;	двигательная активность человека, - определяет особенности нормирования и поддержания оптимального уровня двигательной активности у различных возрастных групп населения	подготовка сообщений
- основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;	- определяет особенности личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом	Опрос, тестирование, подготовка сообщений
- гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов;	- называет требования к планированию, организации и проведению тренировочного процесса; - определяет особенности гигиенического обеспечения подготовки спортсменов в избранном виде спорта	Опрос, тестирование, подготовка сообщений
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины</i>		
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований при подготовке спортсменов;	- обеспечивает соблюдение гигиенических требований при решении задач профессиональной деятельности	Оценка результатов выполнения лабораторной работы
- составлять режим суточной активности с учетом возраста и характера физических нагрузок;	- составляет режим суточной активности с учётом возраста и характера физических нагрузок	Оценка результатов выполнения практической работы
- определять суточный расход энергии, составлять меню;	- определяет суточный расход энергии спортсмена с учётом характера физических нагрузок; - составляет индивидуальное меню с учётом возраста и характера физических нагрузок	Оценка результатов выполнения практической работы
- обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании и помещениях, при занятиях физическими упражнениями, организации	соблюдает гигиенические требования в здании и помещениях, , при занятиях физическими упражнениями, организации тренировочного процесса	Оценка результатов выполнения лабораторной работы

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
тренировочного процесса;		
- использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения занимающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих)	- использует знания гигиены для решения задач профессиональной деятельности	Оценка результатов выполнения практической работы

5. ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ДАННОЙ ПРОГРАММЫ ДЛЯ ДРУГИХ ООП

Данная программа может быть использована при реализации основных образовательных программ СПО, программ профессионального обучения, переподготовки, повышения квалификации рабочих кадров профессий и специальностей 49.02.01 «Физическая культура»,.