

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОП.03 ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП. 03 Гигиенические основы физической культуры и спорта обязательной частью математического и общего естественнонаучного цикла ОПОП в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.03 Спорт.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 05, ОК 09.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются общие компетенции.

Коды ОК, ПК	Умения	Знания
ПК 1.1. ПК 2.1. ПК 2.5. ПК 3.1. ПК 3.5 ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 09	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, обеспечивать соблюдение гигиенических требований при подготовке спортсменов 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, при занятиях физическими упражнениями, организации тренировочного процесса; Использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения занимающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих) Применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач в области гигиенических основ физической культуры и спорта; использовать современное программное обеспечение	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 различных возрастных групп занимающихся Основы гигиены различных возрастных групп, занимающихся; Особенности гигиены инвалидов и лиц с ограниченными возможностями; Гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; Гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и спортом различных возрастных групп занимающихся; Гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест тренировочных занятий; Гигиенические основы закаливания; Физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, наркотоксикомании; Понятие о двигательной активности человека, ее нормирование и поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп

		населения; Основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом; Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов;
--	--	--

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы элективного курса	72
Всего	72
в т.ч. в форме практической подготовки	16
в т. ч.:	
теоретическое обучение	32
Практические занятия	16
Консультации	-
Самостоятельная работа	14
Промежуточная аттестация	10