

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СЫКТЫВКАРСКИЙ ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ имени И.А. КУРАТОВА»

Копия верна

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ЦИКЛ

ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.6 ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Для студентов, обучающихся по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура

Сыктывкар, 2021

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования

код	наименование специальности
49.02.02	Адаптивная физическая культура

(программа подготовки специалистов среднего звена углубленной подготовки)

Разработчики

	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень (звание) [квалификационная категория]	Должность
1	Ильина Екатерина Алексеевна	без категории	преподаватель

[вставить фамилии и квалификационные категории разработчиков]

24	апреля	2021
[число]	[месяц]	[год]

[дата представления на экспертизу]

Рекомендована

ПЦК преподавателей физической культуры и спортивных дисциплин

Протокол № 08 от «25» мая 2021 г.

Председатель ПЦК Вахнина Надежда Николаевна

Рассмотрена

научно-методическим советом ГПОУ «Сыктывкарский гуманитарно-педагогический колледж имени И.А. Куратова» Протокол № 06 от «09» июня 2021 г.

Председатель совета Герасимова Марина Петровна

Содержание программы учебной дисциплины

1.	Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	4
2.	Структура и содержание учебной дисциплины	7
3.	Условия реализации учебной дисциплины	13
4.	Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	16

1. ПАСПОРТ рабочей программы учебной дисциплины

ОП.6 Гигиенические основы физического воспитания

образо	Рабочая программа учебной дисципловательной программы в соответствии	ины является частью основной профессиональной с ФГОС СПО
	циальности 49.02.02	Адаптивная физическая культура
	[код]	[наименование специальности полностью]
укрупн	ненной группы специальностей	49.00.00 Физическая культура и спорт
	Рабочая программа учебной дисципли	ины может быть использована
только	в рамках реализации специальности	49.02.02 Адаптивная физическая культура
	олнительном профессиональном обр рикации и переподготовки	[код] [наименование специальности полностью] разовании при реализации программ повышения
RBasing	рикации и переподготовки	49.02.02 Адаптивная физическая культура
[указаты	ь направленность программ повышения квалификации и	[код] [наименование специальности полностью]
D DOME	переподготовки]	49.02.02 Адаптивная физическая культура
в рамк	ах специальности СПО	[код] Адаптивная физическая культура [наименование специальности полностью]
	1.3. Место учебной диск профессиональной образо Данная учебная дисциплина входит:	циплины в структуре основной вательной программы
в обяза	ательную часть циклов ППССЗ	Профессиональный цикл
в вари:	ативную часть циклов ППССЗ	
-	ние дисциплины предшествует освоен	[наименование цикла в соответствии с ФГОС] ию профессиональных модулей
	ОП. Общепрофесс	сиональные дисциплины
	[наименование профессиональ	ного модуля в соответствии с ФГОС]
	1.3. Цели и задачи учебной д освоения учебной дисциплины В результате освоения учебной дисци	
1.		профессиональной деятельности, в том числе в
1.	I and the second	ния обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их
2.	составлять режим суточной активн нагрузок;	ости с учетом возраста и характера физических
3.	определять суточный расход энерги	и, составлять меню;
4.	i	еских требований в здании и помещениях школы жнениями, организации учебно-воспитательного
5	применять знания по гигиене при из	учении профессиональных молупей.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

1.	основы гигиены детей и подростков;
2.	гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза;
3.	понятие медицинской группы;
4.	гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой;
5.	вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности;
6.	основы профилактики инфекционных заболеваний;
7.	особенности режима жизни инвалидов различных категорий, понятие охранительного режима;
8.	основы гигиены питания детей, подростков и молодежи, системы питания при различных поражениях;
9.	гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий для инвалидов;
10.	гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и адаптивной физической культуры детей, подростков и молодежи;
11.	основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом;
12.	гигиенические основы закаливания;
13.	гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы;
14.	физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании

В результате изучения по общепрофессиональной дисциплине

ОП.6 Гигиенические основы физического воспитания,

обучающийся должен освоить общие (ОК)и профессиональные (ПК) компетенции.

Код	Наименование результата обучения								
	Общие компетенции								
OK 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.								
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.								
OK 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей.								

OK 11.	Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.								
OK 12.	Владеть базовыми и новыми видами физкультурно-спортивной деятельности.								
01112.	Профессиональные компетенции								
ПК 1.1.	Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.								
ПК 1.2.	Проводить учебные занятия по физической культуре.								
ПК 1.3.	Организовывать внеурочную физкультурно-спортивную деятельность								
	обучающихся оздоровительной, профилактически-реабилитационной и								
	рекреационной направленности.								
ПК 1.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты								
	деятельности обучающихся.								
ПК 1.5.	Анализировать учебные занятия, внеурочные мероприятия.								
ПК 2.1.	Определять цели и задачи, планировать физическое воспитание обучающихся.								
ПК 2.2.	Проводить занятия оздоровительной физической культурой.								
ПК 2.3.	Организовывать внеурочные занятия физической культурой оздоровительной,								
	реабилитационной и рекреационной направленности.								
ПК 2.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты								
	деятельности обучающихся.								
ПК 2.5.	Анализировать учебные занятия и внеурочные мероприятия.								
ПК 2.6.	Вести документацию, обеспечивающую процесс адаптивного физического воспитания обучающихся, отнесенных к специальным медицинским группам								
ПК 3.1.	Разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-								
	тематические планы) на основе примерных с учетом типа образовательной								
	организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся.								
ПК 3.2.	Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные								
	технологии в области адаптивной 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								
	адаптивного физического воспитания.								

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:

всего часов		70	в том числе	
максимальной учебной нагрузки обучающегося		70	часов, в том	числе
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучают	щегося	54		часов,
самостоятельной работы об	бучающегося	16		часов;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

No	Вид учебной работы	Объем					
		часов					
1	Максимальная учебная нагрузка (всего)						
2	Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	54					
в то	м числе:						
2.1	лекции	36					
2.2	семинарские и практические работы						
3	Самостоятельная работа обучающегося (всего)	16					
	в том числе:						
	подготовка сообщений, работа с учебной и специальной						
	литературой;						
	написание докладов, рефератов, глоссариев;						
	создание презентаций по изученной теме.						
	Итоговая аттестация в форме						
	Итого	70					

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

ОП.6 Гигиенические основы физического воспитания

Наименование дисциплины

Номер разделов и тем	Наименование разделов и тем Содержание учебного материала; лабораторные работы и практические занятия; самостоятельная работа обучающихся				Уровень освоения	Формируемые компетенции
1	2				4	5
Раздел 1.	Введение в г	Введение в гигиену				ОП 1-12
Тема 1.1.	Введение. По	нятие	о гигиене, ее задачах и методах			ПК 1.11.5,
	Лекции			2		2.1-2.6, 3.1
	Содержание учебного материала					3.4.
	1 Предмет и задачи гигиены.				2	
	2 Этапы становления и методы исследования.			2		
	3	Зако	онодательные акты РФ.		2	
	Самостоятели работа студен		История развития гигиены в России.	1	3	
Тема 1.2.	Гигиена физи	ически	х упражнений и спорта			
	Лекции			2		
	Содержание		ого материала			
	1		ичные виды физических упражнений.		2	
	2		чебный контроль. Самоконтроль. вник самоконтроля.		2	
	Самостоятельная Влияние физических упражнений на работа студентов развитие и состояние здоровья человека		1	3		
Раздел 2.	Основы гигі	иены		44		ОП 1-12
Тема 2.1.	Основы здоре	ового	образа жизни. Закаливание.			ПК 1.11.5,
	Лекции	* *				2.1-2.6, 3.1
	Содержание учебного материала					3.4.
	1	Пон	ятие здоровья. Индекс здоровья.		2	
	2	Здоровый образ жизни.			2	
	3	Фак	торы, ухудшающие здоровье человека.		2	
	4	Про	филактика заболеваний.		2	
	5		овы закаливания организма. Принципы ливания.		2	
	6	Гиг	иена кожи: уход за руками, телом.		2	
	Лабораторны работы		Основные гигиенические правила закаливания (стенгазета)	2		
Тема 2.2.	Рациональны	й реж	. ,			
	Лекции	-		2		
	Содержание	учебно	ого материала			
	1	Пон	ятие рациональный режим.		2	
	2	Био	логические ритмы и их связь с		2	
		акти	ивностью организма.			
	3	Соч	етание умственной и двигательной		2	
	активности школьников.					
	4	Реж	им дня учащихся I смены.		2	
	Самостоятели работа студен		Биологические ритмы, функциональные возможности центральной нервной системы.	2	3	
Тема 2.3.	Гигиена питания. Режим питания.					
,	Лекции			6		1
	Содержание учебного материала			-		1

	1		орийность пищи: характеристика белков, ов, углеводов, воды и минеральных ьй.		2	
	2	Эне	ргетическая и биологическая ценность ательных веществ.		2	
	3		актеристика пищевых продуктов.		2	
	4		актеристика витаминов, минеральных		2	
	5		ояемость пищи		2	
	6	Пищевой рацион в период соревнований, в			2	
			иод подготовки к соревнованиям, в соревновательный период, согласно			
			ам спорта			
	Лабораторные работы		Гигиеническая оценка суточного	2		
	Самостоятель	naa	рациона Энергетическая и биологическая	2	3	
	работа студен		ценность питательных веществ	2	3	
Tarra 2.4	Пиния пиния		Питание спортсменов.			
Тема 2.4.	Личная гигиен Лекции	1ä.		2		
	Содержание у	шебии	ого материа па	2		
	1		иена тела и полости рта.		2	
	2		иена половой жизни.		2	
	3	Гигі	иена труда (умственного и физического), ыха и сна.		2	
	4	Гигиенические требования к одежде и обуви.			2	
	Лабораторные работы		Личная гигиена спортсмена	2		
Тема 2.5.	Вредные прив	ычки				
	Лекции					
	Содержание у	чебно	ого материала			
	1	Причины курения, алкоголя, наркомании.			2	
	2		гностика вредных привычек.		2	
	3		ы профилактики вредных привычек.		2	
	4		актеристика неполезных действий.		2	
	5 Hafanamanyy ya		ернет зависимость.		2	
	Лабораторные работы		Профилактика вредных привычек (презентация)	2		
Тема 2.6.	Гигиена возду	xa, Bo	оды, почвы.	2		
	Лекции	mc5	NEO MOZONIO TO	2		
	Содержание у 1		ого материала пический состав, температура,		2	-
	1		кность, давление, движение воздуха.		4	
	2		филактические мероприятия с		2	
		загр	язнением воздуха в помещении, на		_	
	3	производстве и на улице.			2	
	3	Химический состав, органолептические свойства воды.			<i>L</i>	
	4		оды обеззараживания воды.		2	
	5		язнения почв и самоочищение.		2	
	Лабораторные работы	e	1. Исследование воздуха в учебном помещении.	4		
	Î		2. Органолептические свойства воды.			
	Самостоятель		Борьба с загрязнением воздуха.	2	3	
	работа студентов Методы очистки воды.					

			Загрязнения почв и самоочищение.				
Тема 2.7.	Гигиенически	е тре	бования к расположению спортивных				
	сооружений.						
	Лекции			2			
	Содержание учебного материала						
	1		иенические требования к расположению		2	1	
	1		ртивных объектов: стадион, спортивная		-		
			щадка, спортивный зал.				
	2		пентация в пространстве, деление на		2	-	
		30H			2		
	3	 	ащение спортивным инвентарем.		2	-	
	4		овные требования СанПиН к		2	+	
	4		*		2		
	C	•	ртивным сооружениям		2	_	
	Самостоятель		Основные требования к спортивным	2	3		
TF. 2.0	работа студен		сооружениям.				
Тема 2.8.		е тре	бования к спортивному залу.				
	Лекции			2		_	
	Содержание у		ого материала				
	1		ещенность, вентиляция, отопление,		2		
			аска стен и потолка, инвентарь,				
			рудование.			_	
	Лабораторные	е	Санитарно-гигиеническое	2			
	работы		обследование спортивных сооружений.				
Раздел 3.	Гигиена физі	ическ	сого воспитания школьников.	20		ОП 1-12	
Тема 3.1.	Физическое в	оспит	ания школьников.			ПК 1.11.5,	
				2		2.1-2.6, 3.1	
	Содержание учебного материала					3.4.	
	1 Задачи физического воспитания				2	1	
			ольников.				
	2		иенические требования к физическим		2	1	
			рузкам, содержание и контроль за				
		физической нагрузкой школьников.					
	3	_	чение санитарного контроля.		2	1	
	4		чебный контроль за физическими		2	-	
	•		рузками.		-		
	Самостоятель		Влияние физического воспитания на	3	3	†	
		<u> </u>			3		
Тема 3.2.	работа студентов рост и развитие школьников. Значение физических упражнений. Оптимальный						
1 CM14 J.2.	двигательный						
	Лекции	режи	LIVI	2		1	
	Содержание у	льби	ого матариа па			1	
	содержание у		•		2	-	
	1		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		2		
	2	1	ольников.		2	1	
	<u> </u>	_	икциональные изменения в системах и		2		
		-	anax,				
			яние физических упражнений на				
	п с		витие и состояние здоровья	4		_	
	Лабораторные	е	Двигательная активность как	4			
	работы		гигиенический фактор				
Тема 3.3.		е тре	бования к тренировке.				
	Лекции			2		1	
	Содержание у		ого материала			_	
	1	Tpe	бования к тренировке в условиях		2		
		пов	ышенной влажности, температуры,				
	I	1	кой температуры, в горах.				
		низ	кои температуры, в торах.				
	2		бования к тренировке в различных видах		2	_	

	3	Oco	бенности питания в различных средах		2	
		треі	нировочного процесса			
	Самостоятелн	ная	Питьевой и весовой режим	1	3	
	работа студен	ITOB	спортсменов.			
Тема 3.4.	Гигиена юны	х спор	этсменов.			
	Лекции			2		
	Содержание у	учебн	ого материала			
	1	Лич	ностные качества тренера, творческий		2	
		сою	з «тренер-ученик».			
	2	Отб	ор, первоначальная подготовка.		2	
	3	Гиг	иенические принципы планирования		2	
		спо	ртивных занятий.			
	4		нирование индивидуального режима		2	
		спо	ртсмена. Дневник спортсмена.			
	Самостоятелн	ная	Ранняя спортивная специализация.	1	3	
	работа студен	ITOB				
Тема 3.5.	Основы спортивной тренировки.					
	Лекции			2		
	Содержание учебного материала					
	1	Пон	Понятие спортивной тренировки.		2	
	2	Осн	овные задачи: воспитание физических		2	
		кач	еств, увеличение функциональных			
		BO31	можностей организма, воспитание			
			хологических и морально-волевых			
			еств, приобретение теоретических			
			ний, опыта соревнования.			
	3		иенические требования к планированию		2	
			нировки.			
	4		иенические требования к структуре,		2	
			ержанию и нормированию			
	C		нировочных нагрузок			
	Самостоятелн		Гигиенические требования к	1	3	
	работа студен	ITOB	организации годичной спортивной			
			тренировки.			
			Всего	70		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация профессионального модуля предполагает наличие учебного кабинета анатомии, физиологии и гигиены человека

3.1.2 лаборатории физической и функциональной диагностики

3.1.3 зала библиотека; читальный зал с выходом в сеть Интернет.

Оборудование учебного кабинета

No	Наименования объектов и средств материально-технического	Примечания
	обеспечения	
1.	Оборудование учебного кабинета	
1.1.	рабочие места по количеству обучающихся – не менее 25	
1.2.	рабочее место преподавателя	
1.3.	доска для мела	
1.4.	раздвижная демонстрационная система	
2.	Печатные пособия	
2.1.	Тематические таблицы	
2.2.	Портреты	
2.3.	Схемы по основным разделам курсов	
3.	Цифровые образовательные ресурсы	
3.1.	Цифровые компоненты учебно-методических комплексов	Д
	(слайдовые презентации по темам)	
3.2.	Общепользовательские цифровые инструменты учебной деятельности	Д
4.	Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде)	
4.1.	Видеофильмы	
4.2.	Слайды (диапозитивы) по разным разделам курса	Д

Условные обозначения

3.1.1

- \mathbf{I} демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);
- К полный комплект (исходя из реальной наполняемости группы);
- Φ комплект для фронтальной работы (примерно в два раза меньше, чем полный комплект, то есть не менее 1 экз. на двух обучающихся);
- Π комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих по несколько обучающихся (6-7 экз.).

Технические средства обучения

No	Наименования объектов и средств материально-технического	Примечания
	обеспечения	
	Технические средства обучения (средства ИКТ)	
1	Телевизор с универсальной подставкой	+
2	Видеомагнитофон (видеоплейер)	+
3	Аудио-центр	+
4	Мультимедийный компьютер	+
5	Сканер с приставкой для сканирования слайдов	+

6	Принтер лазерный	+
7	Цифровая видеокамера	+
8	Цифровая фотокамера	+
9	Слайд-проектор	+
10	Мультимедиа проектор	+
11	Стол для проектора	+
12	Экран (на штативе или навесной)	+

Оборудование лаборатории

No	наименование	количество
п/п		
1.	Комплекс компьют. НС-Психотест	1
2.	Метеостанция Kestrel3500	1
3.	ЖирометрOMRONBF400	1
4.	ПульсоксиметрStorm5000-01	1
5.	Весы мед. ВЭМ-150 «Масса-К»	1
6.	Глюкометр «Акку-чек»	1
7.	Тонометр OMRON с адаптером	1
8.	Тонометр мех.с фонендоскопом	1
9.	Тонометр мех.с фонендоскопом	1
10.	Тонометр мех.со стетоскопом	1
11.	Ширма 3-х секц. на колесах	1
12.	Комп. шин.транс. леснич. взросл.	3
13.	Валик (полуцилиндр) 55х11 (с)	1
14.	Валик (цилиндр) 55х11 (с)	1
15.	Валик 3/4 (500х140х120)	1
16.	Часы песочные 10 мин	1
17.	Часы песочные 15 мин	1
18.	Часы песочные 5 мин	1
19.	Динамометр кистевой	1
20.	Кушетка	1
21.	Плантограф	1
22.	Ростометр	1
23.	Спирометр	1
24.	Жгут кровоостанавливающий	1
25.	Аптечка первой помощи	1
26.	Аптечка транспортная	1
27.	Грелка резиновая	1
28.	Лента сантиметровая	5
29.	Стетоскоп	5
30.	Тонометр	1
31.	Измеритель ИАДМ-ОП	4
32.	Динамометр ручной	1
33.	Динамометр ст.	1
34.	Халаты рабочие	6

3.2. ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ

В целях реализации компетентностного подхода в образовательном процессе используются следующие активные и интерактивные формы проведения занятий: компьютерные симуляции, деловые и ролевые игры, анализ конкретных ситуаций, кейс метод, психологические и иные тренинги, круглый стол (групповые дискуссии и дебаты), проблемное обучение, мозговой штурм или брейнсторминг, интеллект-карты, интернет-экскурсии (нтерактивная экскурсия), экскурсионный практикум, мастер-класс, знаково-контекстное обучение, проектное обучение, олимпиада, лабораторные опыты, конференция, дистанционное обучение, работа в малых группах, социальные проекты (внеаудиторные формы - соревнования, фильмы, спектакли, выставки и др.), интерактивные лекции (применением видео- и аудиоматериалов) и др.

3.4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные печатные источники

No	Выходные данные печатного издания	Год	Гриф
		издания	
1	Коваль, В.И., Родионова, Т.А. Гигиена физического воспитания и	2017	Реком.
	спорта: учебник для студ. и преподавателей высш.		
	учеб.заведений[Текст] / В.И. Коваль, Т.А Родионова. – М.:		
	Академия. – 2017. – 320 с.		
2	Крымская, И.Г. Гигиена и экология человека: учеб.пособие	2017	Реком.
	[Текст] / И.Г. Крымская – 3-е изд.: стер. – Ростов н/Д: Феникс. –		
	2017. – 351 c.		
3	Назарова, Е.Н. Возрастная анатомия, физиология и гигиена:	2018	Реком.
	учебник для студ. Учреждений высш. пед. проф. образования		
	[Текст] / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов. – М: Академия. – 2018. – 256		
	\mathbf{c} .		

Дополнительные печатные источники

№	Выходные данные печатного издания	Год	Гриф
		издания	
1	Багнетова, Е.А. Гигиена физического воспитания и спорта: курс	2019	Реком.
	лекций: учеб.пособие [Текст] / Е.А. Багнетова. – Ростов н/Д:		
	Феникс. – 2019. – 251 с.		
2	Быков, И.В. Гигиена физической культуры и спорта: учебник	2017	
	[Текст] / И.В. Быков, А.Н. Гансбургский, В.Д. Горичева, В.А.		
	Дворкин, А.В. Коромыслов, В.А. Маргазин, В.В. Насолодин, О.Н.		
	Семенова. – СПб.: СпецЛит. – 2017. – 192 с.		
3	Вайнбаум, Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта:	2017	Реком.
	учеб.пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений [Текст] / Я.С.		
	Вайнбаум, В.И. Коваль, Т.А. Родионова. – М.: Академия. – 2017. –		
	240 c.		
4	Дубровский, В.И. Гигиена физического воспитания и спорта:	2017	Реком.
	учебник[Текст] / В.И. Дубровский. – М.: Гуманит. Изд. Центр		
	ВЛАДОС. – 2017. – 512 с.		
5	Лаптев, А.П. Практикум по гигиене: пособие для институтов физ.	2017	Реком.
	культ. [Текст] / А.П. Лаптев., И.Н. Малышева. – М: Физкультура и		

спорт. – 2017. – 151 с.	

Основные электронные источники

№	Выходные данные электронного издания	Режим	Проверено
		доступа	
1	Андропова, Т. В. Гигиена детей и подростков [Электронный	свободный	2021
	pecypc]: https://e.lanbook.com/book/105854		
2	Архангельский В.И., Гигиена. Compendium [Электронный	свободный	2021
	pecypc]:http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970420423.htm		
	1		
	Гигиена питания [Электронный ресурс]:	свободный	2021
	https://e.lanbook.com/book/113544		
	Кича Д.И., Общая гигиена. Руководство к лабораторным	свободный	2021
	занятиям [Электронный ресурс]:		
	http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970434307.html		

Интернет-ресурсы

- 1. Сайт научной электронной библиотеки, электронный каталог книг, статей, журналов: http://elibrary.ru
- 2. Электронный ресурс. Электронная библиотека: http://www. http://book.ru/

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Банк средств для оценки результатов обучения

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

Оценочные средства составляются преподавателем самостоятельно при ежегодном обновлении банка средств. Количество вариантов зависит от числа обучающихся.

Код	Наименование результата обучения	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
	0	своенные умения	
У1	использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих);	уметь использовать знания гигиены в профессиональной деятельности	педагогическое наблюдение за деятельностью студентов на занятиях
У2	составлять режим	уметь планировать режим	контроль выполнения

учетом возраста и характера физических пагрузок; определять суточный расход определять суточный расход опертия выполнение самостоятельной расход опертия выполнение самостоятельной расход опертия к завизии к завизии и помещениях и пребования к завизии и помещениях и пребования к завизии упражисениям, упражисениям, упражисениям, упражисениям, упражисениям, упражисениям упражисениям, организации учебновоспитательного процесса: У5				
УЗ основы гигиены детей и подростков; знать основы гигиены и правила сохранения и титиенические нормы, требования и правила сохранения и титиенические нормы, требования и правила сохранения и хрепления здоровья на заличние биологические факторов внешней среды при занятиях физической культурой; знать вспомогательные гигиеныческие средства восстановления и мерсипения заболеваний; знать основы гигиены устный опрос контрольная работа сохранения и хрепления здоровья на запах в титиенические средства восстановления и повышения работоспособности; знать вспомогательные гигиенические средства восстановления и мерсипения заболеваний; знать основы гигиены устный опрос контрольная работа снименией среды знать вспомогательные гигиенические средства восстановления и мерсицинской группы знать вспомогательные гигиенические средства восстановления и мостановления и мостановления и мерсицинеские средства восстановления и мостановления и мостановле		суточной активности с	суточной активности	самостоятельной
Нагрузок; пределять суточный расход энергии, коставлять меню; обеспечивать соблюдение гитиспических требований в здании и помещениях школы при занятиях физическими упражиспиями, организации учебновостителеного процесса; учебному модулей; учебному модулей; учебному процесса; учебному модулей; учебному модулей; учебному модулей; учебному модулей; учебных занятия и крепления запаза интогительного процесса; учебных занятиях модулей; учебных занятиях модулей; учебных занятиях физического договов и правила сохранения и укрепления запаза интогителеза; знать подростков висшией среды при знать подростков висшией среды при знать значение биологических факторов висшией среды при знать вепомогательные гитисническое средства восстановления и повышения работоспособности; знать вепомогательные гитиснические средства восстановления и повышения профилактики инфекционных заболеваний; знать основы гитиены устный опрос контрольная работа устный опрос контрольна		1.		-
учебым пределять суточный расход эпертии, какал расход эпертии, учебным защими и пометии инфекционным заболеваний; нарастод обрудованию и и молодежи; выполнения расход эпертии, какал учебным зашичим инфекционным заболеваний; нарасход эпери, какал расход эпертии нарасход эперт		характера физических		-
раход энергии, расход энергии, ккал работы обучающихся можения и учебном процессу применять знание в области гигиены на практике при изучении профессиональных модулей; Тигиенические нормы, требования и укрепления запоровья на различных этапах отготестеза; отновниемия заболеваний; заболеваний; заболеваний; занать ветьмогательные гитиенические федета порофлактики инфекционных заболеваний; занать основы гигиены работа обучающихся может учебных занятия и порышеска; основы гитиены детей и порофлактики инфекционных заболеваний; занать основы гитиены работа обучающихся может учебных занятия и порофлактики инфекционных заболеваний; занать основы гитиены устный опрос контрольная работа обучающихся может учебных занять знание в контроль выполнения самостоятельной гработы обучающихся может учебных занатия и правила сохранения и укрепления занать подростков и правила сохранения и укрепления занать обращения и укрепления заробрата ображающихся ображающихся может учебных занать знание контрольная работа обучающихся обрачающихся обрачающих занатия и подростков и инфекционных заболеваний; занать основы гигиены устный опрос контрольная работа и профилактики инфекционных заболеваний; занать основы гигиены устный опрос контрольная работа и инфекционных заболеваний; занать основы гигиены устный опрос контрольная работа и инфекционных заболеваний; занать основы гигиены устный опрос контрольная работа и инфекционных заболеваний; занать основы гигиены устный опрос контрольная работа и интания детей, подростков контрольная работа обрачающих занатий; учебных занятий;		нагрузок;		практическом занятии
Обеспечивать соблюдение титисинческих требования к зданиям, упражие пилоны при занятиях профессом профессоватия портавизации учебноводительного процесса; Основы гитиены детей и подростков; Основы гитиены детей и правила сохранения и укрепления занятиях оттигены да занятиях модулей; Основы гитиены детей и подростков; Основы гитиены детей и правила сохранения и укрепления запоровья на различных этапах онтогенеза; Онятие медицинской культурой; Основы профилактики работоспособности; Основы профилактики детей, подростков и молодежи; Основы прифилактики инфекционных заболеваний; Основы профилактики инфекционных заболеваний; Основы питиены питания детей, подростков и молодежи; Основы питиены питания детей, подростков и молодежи; Основы питиены питания детей, подростков и молодежи; Основы питиены и контрольная работа Основы питиены питания детей, подростков и молодежи; Оснований;	У3	определять суточный	анализировать суточный	контроль выполнения
Обеспечивать соблюдение гитиенические ребования в здания и помещениях школы при занятиях физическими упражиениями, организации учебновоспитательного процесса; Уб		расход энергии,	расход энергии, ккал	самостоятельной
Обеспечивать соблюдение нитиепических требования и требования и помещениях пиколы при занятиях физическими упражнениями, организации учебновоспитательного процесса; Уб		составлять меню;		работы обучающихся
гитиенических требований в здании и помещениях упражиениями, организации учебновоспитательного процесса; У5 применять знания по гитиене при изучении профессиональных модулей; Усвоенные знания 31 основы гитиспы детей и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; онтогенеза онтогенеза; онтогенеза онтогенеза; онтогенеза внешней среды при запятиях физической культурой; 35 вспомогательные гитиения работоспособности; основы профилактики инфекционных заболеваний; заболеваний; знать вспомогательные гитиения среды при достановления и повышения работоспособности; знать вспомогательные гитиения среды при достановления и повышения работоспособности; знать основы профилактики инфекционных заболеваний; знать основы гитиены профилактики инфекционных заболеваний; знать основы гитиены питания детей, подростков и молодежи; знать гитиения сметрольная работа инфекционных заболеваний; знать основы гитиены профилактики инфекционных заболеваний; знать соновы гитиены порожеми инфекционных заболеваний; знать основы гитиены профилактики инфекционных заболеваний; знать соновы гитиены молодежи; знать соновы гитиены молодежи инфекционных заболеваний; знать соновы гитиены молодежи инфекционных заболеваний; знать соновы гитиены молодежи инфекционных знать гитиенические устный опрос контрольная работа инфекционных знать гитиенические устный опрос контрольная работа инфекционных знать гитиенические устный опрос контрольная работа инфекционных знать гитиены молодежи инфекционных знати гитиены устный опрос контрольная работа инфекционных знати сеновы гитиены устный опрос контрольная работа инфекционных знати гитиения ские устный опрос контрольная работа инфекционных знати семо контрольная работа инфекционных знати ситиены молодежи инфекционных знати инфекционных знати инфекционных знати инфекционных знати инфекционных знати инфекционных знати семо контрольная работа инфекционных знати инфекционных знати инфек	У4		знать гигиенические	*
в здашии и помещениях диколы при занятиях физическими упражнениями, организации учебновоспитательного процесса; У5 применять знания по гигиене при изучении профессиональных модулей; Тусвоенные знания 31 основы гигиены детей и подростков; детей и подростков; детей и подростков и подростков; детей и подростков и подростков и повышения учебных заявтиях физической культурой; детей повышения работоспособности; детей, подростков и повышения даболеваний; детей, подростков и оборудованию и оборудованию и оборудованию и оборудовании мест учебных занятий;			требования к зланиям.	-
школы при занятиях физическими упражиениями, организации учебных занятий; процессеу У5 применять знания по гитиене при изучении профессиональных молулей; Усвоенные знания 31 основы гитиены детей и знать основы гитиены подростков; детей и подростков контрольная работа осуданения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; онтогенеза 32 гитиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; онтогенеза 33 понятие медицинской группы знать понятие биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой; знать вспомогательные гитиенические средства восстановления и повышения работоспособности; основы профилактики инфекционных заболеваний; знать основы профилактики инфекционных заболеваний; знать основы гитиены детей, подростков и молодежи; знать гитиенические устный опрос контрольная работа 36 основы профилактики инфекционных заболеваний; знать основы гитиены детей, подростков и молодежи; знать гитиенические устный опрос контрольная работа 37 основы гитиены питания знать основы гитиены мест оборудованию и подростков и молодежи; знать гитиенические устный опрос контрольная работа 38 гитиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий;		*	<u> </u>	
физическими упражисниями, организации учебновоспитательного процесса; У5 применять знания по гитиене при изучении профессиональных модулей; ———————————————————————————————————				pueerar eey rare miner
упражиециями, организации учебновоспитательного процесса; У5 применять знания по гигиене при изучении префессиональных модулей; Усвоенные знания 31 основы гигиены детей и знать основы гигиены подростков; детей и подростков подростков; детей и подростков и подростков и подростков; детей и подростков и		_	процессу	
Организации учебновоситительного процесса; УУ Применять знания по гигиене при изучении практике Области гигиены в самостоятельной работы обучающихся модулей; Титиенические пормы, требования и правила сохранения и укрепления укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; Оновнаятиях физической культурой; Зать пормы, требования и правила сохранения и укрепления укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; Онтогенеза				
Воспитательного процесса; 1		· ·		
Процесса; У5 Применять знания по гигиене при изучении профессиональных модулей; Устный опрос контрольная работа основы гигиены детей и правила сохранения и правила сохранения и укрепления здоровья на различных зтапах онтогенеза; онтогенеза онто		1		
Применять знания по гигиене при изучении профессиональных модулей; Тусвоенные знания Тосморужениям и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; онтогенеза Тигиенические медицинской группы; Тигиенические значение биологических факторов внешней среды при заяятиях физической культурой; Тигиенические средства восстановления и работоспособности; Тосновы профилактики инфекционных заболеваний; Тосновы грофилактики инфекционных заболеваний; Тигиенические требования и повышения работоспособности; Тосновы грофилактики инфекционных заболеваний; Тигиенические требования и повольшения и повышения работоспособности; Тосновы грофилактики инфекционных заболеваний; Тосновы грофилактики инфекционных заболеваний грофилактики инфекционном грофилактики инфекционном грофилактики инфекционном гроф				
титиене при изучении профессиональных модулей; **Tyceoenhie знания** 31 основы гигиены детей и подростков; знать основы гигиены детей и подростков; знать не пормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; знать оновы гигиены детей и подростков контрольная работа укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; знать понятие контрольная работа онтогенеза знать понятие устный опрос контрольная работа укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; знать понятие устный опрос контрольная работа онтогенеза знать значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой; знать вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; знать вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; знать основы профилактики инфекционных заболеваний; знать основы гигиены питания детей, подростков и молодежи; и молодежи знать гигиенические устный опрос контрольная работа основы гигиены питания детей, подростков и молодежи; знать гигиенические устный опрос контрольная работа основы гигиены питания детей, подростков и молодежи; знать гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; учебных занятий	X75	<u> </u>		
профессиональных модулей; практике работы обучающихся	УЭ	1	-	*
Модулей;		1 2		
За основы гигиены детей и подростков подростков; детей и подростков детей и подростков подростков; детей и подростков детей			практике	работы обучающихся
31		модулей;		
ПОДРОСТКОВ; Детей и подростков Контрольная работа				
32	31	основы гигиены детей и	знать основы гигиены	
требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; онтогенеза 33 понятие медицинской группы; медицинской группы; медицинской группы контрольная работа 34 гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой; вепомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; знать основы профилактики инфекционных заболеваний; подростков и молодежи; молодежи; знать основы гигиенические и подоружениям и оборудованию мест учебных занятий; породкания и оборудованию мест учебных занятий;		подростков;	детей и подростков	контрольная работа
осхранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; 33 понятие медицинской знать понятие контрольная работа гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой; 34 гигиенические значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой; 35 вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; работоспособности; работоспособности; работоспособности инфекционных заболеваний; инфекционных заболеваний; инфекционных заболеваний; имолодежи; знать гигиенические устный опрос контрольная работа 36 основы профилактики инфекционных заболеваний; инфекционных заболеваний; инфекционных заболеваний; имолодежи устный опрос контрольная работа 37 основы гигиены питания детей, подростков и молодежи; и молодежи устный опрос контрольная работа 38 гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; учебных занятий	32	гигиенические нормы,	знать нормы, требования и	устный опрос
Здоровья на различных этапах онтогенеза		требования и правила	правила сохранения и	контрольная работа
33 понятие медицинской группы устный опрос контрольная работа		сохранения и укрепления	укрепления здоровья на	
33		здоровья на различных	различных этапах	
группы; медицинской группы контрольная работа 134 гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой; 135 вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; работоспособности 136 основы профилактики инфекционных заболеваний; имолодежи; имолодежи 137 основы гигиены питания детей, подростков и молодежи; имолодежи имолодежи инфекциены повышеным к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; инеговы занать сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; учебных занятий;		этапах онтогенеза;	онтогенеза	
Тигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой; Знать вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; работоспособности работоспособности; знать основы инфекционных заболеваний; и молодежи; и молодежи и молодежи и молодежи и оборудованию мест учебных занятий; учебных занятий и оборудованию мест учебных занятий; знать осродства востановления и повышения работоспособности устный опрос контрольная работа устный опрос контрольная устн	33	понятие медицинской	знать понятие	устный опрос
биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой; 35 вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; 36 основы профилактики инфекционных заболеваний; 37 основы гигиены питания детей, подростков и молодежи; 38 гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; 36 иологических факторов внешней среды внешней средствания в соновы гигиены в сонова в соновы гигиены в сонова в сонова в сонова в сонова в сонова в сонова в со		группы;	медицинской группы	контрольная работа
внешней среды при занятиях физической культурой; 35 вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; работоспособности 36 основы профилактики инфекционных заболеваний; инфекционных устный опрос контрольная работа и молодежи; и молодежи устный опрос контрольная работа сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; учебных занятий	34	гигиеническое значение	знать значение	устный опрос
внешней среды при занятиях физической культурой; 35 вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; работоспособности 36 основы профилактики инфекционных заболеваний; инфекционных устный опрос контрольная работа и молодежи; и молодежи устный опрос контрольная работа сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; учебных занятий		биологических факторов	биологических факторов	контрольная работа
занятиях физической культурой; 35 Вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; 36 Основы профилактики профилактики заболеваний; 37 Основы гигиены питания детей, подростков и молодежи; 38 гигиенические требования и повышения работа инфекционных заболеваний; 38 гигиенические требования и повышения работа инфекциены питания детей, подростков и питания детей, подростков и питания детей, подростков и молодежи 38 гигиенические требования знать гигиенические устный опрос контрольная работа и молодежи 39 гигиенические требования знать гигиенические устный опрос контрольная работа и молодежи 30 основы гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; учебных занятий				1
Культурой; Знать вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности повышения работоспособности работоспособности работоспособности знать основы профилактики инфекционных заболеваний; инфекционных заболеваний; знать основы гигиены питания детей, подростков и молодежи; и молодежи знать гигиенины устный опрос контрольная работа заболеваний; устный опрос контрольная работа знать основы гигиены устный опрос контрольная работа знать основы гигиены устный опрос контрольная работа устный опрос контрольная устный опрос контрольная устный опрос контрольная устный опрос контрольная у		1 1	1 //	
Вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности устный опрос контрольная работа профилактики инфекционных заболеваний; инфекционных заболеваний; инфекционных заболеваний; устный опрос контрольная работа работа и молодежи и молодежи и молодежи устный опрос контрольная работа устный опрос контрольная работа устный опрос контрольная работа работа устный опрос контрольная работа работа устный опрос контрольная устный опрос контрольная		±		
гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; 36 основы профилактики инфекционных заболеваний; 37 основы гигиены питания знать основы гигиены детей, подростков и молодежи; 38 гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; 39 гигиеныя и оборудованию мест учебных занятий; 30 основы гигиены питания знать основы гигиены молодежи; 30 основы гигиены питания знать основы гигиены устный опрос контрольная работа и молодежи 30 основы гигиены питания знать основы гигиены устный опрос контрольная работа и молодежи 31 основы гигиенические требования и оборудованию мест учебных занятий;	35		знать вспомогательные	устный опрос
восстановления и повышения работоспособности; работоспособности; работоспособности 36 основы профилактики профилактики профилактики профилактики инфекционных заболеваний; инфекционных заболеваний; 37 основы гигиены питания знать основы гигиены детей, подростков и молодежи; и молодежи 38 гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; учебных занятий; инфекционных контрольная работа контрольная работа				_ =
повышения работоспособности; работоспособности 36 основы профилактики знать основы устный опрос контрольная работа заболеваний; инфекционных заболеваний; заболеваний; 37 основы гигиены питания знать основы гигиены устный опрос детей, подростков и питания детей, подростков контрольная работа молодежи; и молодежи 38 гигиенические требования знать гигиенические контрольная работа контрольная работа сооружениям и сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; учебных занятий		_	•	Tomponium puootu
работоспособности; работоспособности 36 основы профилактики знать основы устный опрос инфекционных заболеваний; инфекционных заболеваний; 37 основы гигиены питания детей, подростков и молодежи; и молодежи и				
основы профилактики профилактики профилактики профилактики контрольная работа заболеваний; знать основы гигиены устный опрос контрольная работа и молодежи; и молодежи знать гигиенические устный опрос к спортивным сооружениям и сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; учебных занятий				
инфекционных заболеваний; профилактики инфекционных заболеваний; инфекционных заболеваний; 37 основы гигиены питания знать основы гигиены устный опрос детей, подростков и питания детей, подростков и молодежи; и молодежи 38 гигиенические требования знать гигиенические контрольная работа контрольная работа гигиенические требования к спортивным сооружениям и сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; учебных занятий	36	-	1	устиый оппос
заболеваний; инфекционных заболеваний; 37 основы гигиены питания знать основы гигиены устный опрос контрольная работа и молодежи; и молодежи 38 гигиенические требования знать гигиенические устный опрос к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; учебных занятий	30	1 1		1
33болеваний; 36 основы гигиены питания знать основы гигиены устный опрос контрольная работа и молодежи; 37 и молодежи; 38 гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; 38 заболеваний; 39 игиены устный опрос контрольная работа и молодежи 39 контрольная работа контрольная работа и оборудованию мест учебных занятий;		=		коптрольная расота
37 основы гигиены питания детей, подростков и молодежи; знать основы гигиены устный опрос контрольная работа и молодежи 38 гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; знать гигиенические устный опрос контрольная работа		заоолевании,	-	
детей, подростков и питания детей, подростков контрольная работа и молодежи; 38 гигиенические требования знать гигиенические устный опрос контрольная работа сооружениям и оборудованию мест учебных занятий;	27		· ·	
молодежи; и молодежи устный опрос к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; и молодежи устный опрос контрольная работа	3/			·
38 гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; знать гигиенические устный опрос контрольная работа контрольная работа контрольная работа контрольная работа контрольная работа		· ·	·	контрольная работа
к спортивным требования к спортивным контрольная работа сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; требования к спортивным контрольная работа контрольная работа	20			
сооружениям и сооружениям и оборудованию мест учебных занятий; учебных занятий	38	-		<u> </u>
оборудованию мест оборудованию мест учебных занятий; учебных занятий		-	-	контрольная работа
учебных занятий; учебных занятий			± •	
		± •		
39 гигиенинескую энэть гигиенинескую устили опрос		учебных занятий;	учебных занятий	
57 I MI MEMINITEERY JO SHALL S	39	гигиеническую	знать гигиеническую	устный опрос

	Vanaremanuariyyy	VODOVETODIVOTIVE	MONTHON HANG TO SOME
	характеристику основных	характеристику основных	контрольная работа
	форм занятий физической	форм занятий физической	
	культурой детей,	культурой	
310	подростков и молодежи; основы личной гигиены	знать основы личной	устный опрос,
310			1 '
	при занятиях	гигиены при занятиях	контрольная работа
	физическими	физическими	
311	упражнениями, спортом;	упражнениями, спортом	VOTALL IX OLIDOS
311	гигиенические основы	знать гигиенические	устный опрос контрольная работа
312	закаливания; физиолого-гигиенические	основы закаливания	устный опрос
312	и социальные аспекты	знать физиолого-гигиенические и	контрольная работа
	курения, нарко- и	социальные аспекты	контрольная расота
	токсикомании	курения, нарко- и	
	токсикомании	токсикомании	
	Of	бщие компетенции	<u> </u>
ОК 1.	Понимать сущность и	- демонстрация интереса к	Интерпретация
OIC 1.	социальную значимость	будущей профессии,	результатов
	своей будущей профессии,	участие в	наблюдения за
	проявлять к ней	профессиональных	деятельностью
	устойчивый интерес.	конкурсах, наличие	обучающегося в
	устой пивый интерес.	дипломов, грамот,	процессе освоения
		сертификатов и т.д.	образовательной
		- наличие положительных	программы.
		отзывов по итогам	программы.
		производственной	
		практики	
ОК 2.	Организовывать	- обоснование выбора и	Выполнение текстовых
	собственную	применение методов и	заданий второго
	деятельность, определять	способов решения	уровня, выполнение
	методы решения	профессиональных задач;	творческих работ.
	профессиональных задач,	- эффективное и	
	оценивать их	качественное выполнение	
	эффективность и качество.	профессиональных задач.	
ОК 3.	Оценивать риски и	- решение стандартных и	Выполнение текстовых
	принимать решения в	нестандартных	заданий второго
	нестандартных ситуациях.	профессиональных задач в	уровня, выполнение
	,	области преподавания;	творческих работ.
		- выявление проблемы,	
		определение возможных	
		причин, проблем.	
OK 4.	Осуществлять поиск,	- эффективный поиск	Собеседование.
	анализ и оценку	необходимой	
	информации,	информации;	
	необходимой для	- использование	
	постановки и решения	различных источников,	
	профессиональных задач,	включая электронные;	
	профессионального и	- оценивание	
	личностного развития.	необходимости той или	
		иной информации для	
		постановки и решения	
		профессиональных задач,	
		профессионального и	

		личностного развития.	
OK 5.	Использовать	- проектирование уроков	Устный счет.
	информационно-	физической культуры с	Собеседование.
	коммуникационные	применением	
	технологии для	современных технических	
	совершенствования	средств обучения в	
	профессиональной	процессе преподавания.	
	деятельности.		
ОК 6.	Работать в коллективе и	- применение	Экспертная оценка при
	команде,	разнообразных методов,	защите творческих
	взаимодействовать с	форм и приемов	проектов.
	руководством, коллегами	взаимодействия с членами	P
	и социальными	педагогического	
	партнерами.	коллектива,	
		представителями	
		администрации;	
		- владение	
		профессиональной	
		лексикой;	
		- соблюдение	
		субординационных	
		отношений;	
		- продуктивное	
		взаимодействие с членами	
		группы, решающей	
		общую задачу;	
		- построение	
		продуктивного процесса	
		общения, толерантное	
		восприятие позиции	
		субъекта взаимодействия;	
		- использование делового	
		стиля общения;	
		- соотносит свои	
		устремления с интересами	
		других людей и	
		социальных групп;	
		- привлекает других	
		субъектов	
		образовательного	
		процесса к решению	
		поставленных задач.	
ОК 7.	Ставить цели,	- организация	Экспертная оценка
	мотивировать	деятельности учащихся с	совместных проектов.
	деятельность	учетом их интересов и	
	обучающихся,	возможностей.	
	организовывать и		
	контролировать их работу		
	с принятием на себя		
	ответственности за		
	качество		
	образовательного		
	процесса.		

ОК 8.	Сомостоятатума	north others are come	Собороновачия
UK 8.	Самостоятельно	- рациональность	Собеседование.
	определять задачи	организации	
	профессионального и	самостоятельной работы в	
	личностного развития,	соответствии с задачами	
	заниматься	профессионального и	
	самообразованием,	личностного развития;	
	осознанно планировать	- своевременность сдачи	
	повышение	заданий, отчетов	
	квалификации.		
OK 9.	Осуществлять	- проявление интереса к	Тестирование.
	профессиональную	инновациям в области	-
	деятельность в условиях	профессиональной	
	обновления ее целей,	деятельности;	
	содержания, смены	- демонстрация умения	
	технологий.	проектирования целей в	
		соответствии	
		нормативных документов	
		и программы развития	
		образовательного	
		учреждения;	
		- поиск и реализация в	
		образовательном процессе	
		новых форм и способов	
		организации учебной	
		деятельности учащихся.	
OK 10.	Осуществлять	- демонстрация	Собеседование. Защита
	профилактику	соблюдения техники	плана работы учителя.
	травматизма,	безопасности.	
	обеспечивать охрану		
	жизни и здоровья детей.		
OK 11.	Строить	- демонстрация знаний о	Защита портфолио.
	профессиональную	педагогической	
	деятельность с	профессии;	
	соблюдением правовых	- планирование	
	норм ее регулирующих.	деятельности в	
		соответствии с	
		нормативными	
		документами.	
OK 12.	Владеть базовыми и	- проявление интереса и	Теоретические и
	новыми видами	мотивации к изучению	практические зачеты.
	физкультурно-спортивной	базовых и новых видов	Участие в спортивной
	деятельности.	спортивной деятельности;	деятельности
	The state of the s	- демонстрация знаний в	соревнований.
		области базовых и новых	оровновании.
		видов физкультурно-	
		спортивной деятельности;	
		- демонстрация	
		практического владения	
		базовыми и новыми	
		видами физкультурно-	
		спортивной деятельности.	

	Проф	рессиональные компетенции	
ПК 1.1.	Определять цели и	- точность и обоснованность в	Текущий контроль
	задачи, планировать	определении целей и задач	
i	учебные занятия.	уроков различных типов и	Разработка конспектов
		видов;	уроков.
		- оптимальность планирования	
		уроков с учетом возрастных и	
		индивидуально-	
		психологических	
		особенностей школьников.	
ПК 1.2.	Проводить учебные	- качество проведения урока;	Дневники по учебной и
	занятия по	- методическая грамотность;	производственной
	физической культуре	- рациональность	практике.
	T J - JF -	использования времени;	Наблюдение и
		- аргументированность выбора	экспертная оценка
		форм, методов и средств	проведенного урока с
		обучения на уроке;	точки зрения
		- демонстрация приемов	полученных
		страховки и самостраховки	результатов.
		при выполнении физических	pesysibiarob.
		упражнений;	
		- соответствие требованиям	
		техники безопасности на	
		занятиях; - качество работы с	
		одаренными детьми в	
		соответствии с их	
		индивидуальными особенностями;	
		1 · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
		- демонстрация проведения	
		коррекционно-развивающей	
		работы с обучающимися,	
		имеющими трудности в	
		обучении;	
		- соблюдение педагогически	
		целесообразных отношений с	
ПИ 1 2	0	обучающимися.	n
ПК 1.3.	Осуществлять	- аргументированность выбора	Экспертная оценка
	педагогический	методов диагностики и оценки	проведенного урока с
	- '	1 -	<u> </u>
	_ =	<u> </u>	-
	результаты учения	_ ·	
		1	
		выставления отметки;	контроля; отобранных
		- создание педагогической	контрольно-
		характеристики	измерительных
		обучающегося.	материалов.
ПК 1.4.	Анализировать	- полнота анализа уроков;	Анализ и оценка
	учебные занятия	- грамотность самоанализа	качества проведения
		уроков;	пробных уроков и
		- определение направления	занятий.
		коррекции и формулирование	
		предложений по	
ПК 1.4.	контроль, оценивать процесс и результаты учения Анализировать	учебных достижений школьников с учетом особенностей возраста, класса и отдельных обучающихся, выставления отметки; - создание педагогической характеристики обучающегося полнота анализа уроков; - грамотность самоанализа уроков; - определение направления коррекции и формулирование	точки зрения целесообразности применения разных форм, видов и методог контроля; отобранных контрольно-измерительных материалов. Анализ и оценка качества проведения пробных уроков и

		совершенствованию процесса	
		обучения.	
ПК 1.5.	Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре	- соответствие оформления учебной документации требованиям.	Проведение практического занятия по оформлению учебной документации.
ПК 2.1.	Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия	Соответствие цели, задач и плана типу внеурочного мероприятия и занятия	-экспертное наблюдение и оценка на лабораторных и практических занятиях; - устный экзамен
ПК 2.2.	Проводить внеурочные мероприятия и занятия.	Проведение внеклассного мероприятия и занятия в соответствии с требованиями к структуре занятия	экспертное наблюдение и оценка на лабораторных и практических занятиях; - устный экзамен; - экспертное наблюдение в ходе учебной практики
ПК 2.3.	Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурноспортивной деятельности.	Обоснованность и рациональность выбора способов и приемов мотивации в соответствии с возрастом и особенностями обучающихся, родителей и видом физкультурно-спортивной деятельности	-дифференцированный зачет; -экспертное наблюдение и оценка на лабораторных и практических занятиях;
ПК 2.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся.	Дидактическая целесообразность методов и приемов педагогического контроля	- экспертное наблюдение в ходе учебной и производственной практики
ПК 2.5.	Анализировать внеурочные мероприятия и занятия.	Соблюдение требований к проведению анализа (самоанализа) внеклассного занятия Совпадение результатов самоанализа и экспертного анализа внеклассного занятия	- экспертное наблюдение в ходе учебной и производственной практики; -экспертная оценка защиты лабораторной работы
ПК 2.6.	Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно-спортивной деятельности.	Соответствие оформления документации установленным требованиям	- тестирование; - экспертное наблюдение и оценка на лабораторных и практических занятиях; - экспертное наблюдение в ходе учебной и

			₩ 0.110 P.0 H.0 T.D 0.111 P.0 ¥
			производственной
TH/ 2.1	Desferment		практики;
ПК 3.1.	Выбирать учебно- методический	- соответствие содержания	Текущий контроль Защита выбранной
	' '	учебно-методических материалов возрасту, индивидуально-	методики
	комплект, разрабатывать учебно-	психологическим особенностям	диагностирования с
	методические	учащихся, условиям обучения	учетом вида
	материалы (рабочие	- аргументированность выбора	образовательного
	программы, учебно-	учебно-методического	учреждения,
	тематические планы)	комплекта;	особенностей класса и
	на основе	- разработка методического	отдельных обучающихся
	образовательного	обеспечения для осуществления	Оценка презентаций
	стандарта и	профессиональной деятельности;	созданных рабочих
	примерных программ с	- соответствие разработанных	программ, учебно-
	учетом вида	учебно-методических материалов	тематических планов по
	образовательного	ФГОС.	предметам начальной
	учреждения,		школы с учетом
	особенностей		выбранного УМК
	класса/группы и		Экспертная оценка
	отдельных		выбранного УМК
	обучающихся.		Рубежный контроль
			Экспертная оценка
			разработанных учебно-
			методических материалов
ПК 3.2.	Систематизировать и	- планирование обобщения	Текущий контроль
1110 3.2.	оценивать	педагогического опыта в	Оценка аннотации
	педагогический опыт и	соответствии с алгоритмом.	студента к созданной им
	образовательные	- качество оценки готовности	базе данных
	технологии в области	педагога к инновационной	
	физической культуры	деятельности	Оценка проведенного по
	на основе изучения	- полнота анализа портфолио	алгоритму анализа
	профессиональной	педагогической деятельности в	педагогической
	литературы,	соответствии с требованиями и	деятельности
	самоанализа и анализа	критериями оценки	2
	деятельности других	- обоснованность выбора	Экспертная оценка
	педагогов	педагогической и методической	представленного
		литературы; - обоснованность выбора	самоанализа педагогической
		способа решения педагогических	деятельности (после
		проблем методического	проведения внеурочного
		характера;	занятия, пробного урока и
		- сравнение эффективности	т.д.)
		применяемых методов обучения,	
		с целью выбора наиболее	
		эффективных образовательных	
		технологий с учетом вида	
		образовательного учреждения и	
		особенностей возраста	
		обучающихся;	
		- качество использования	
		инструментов самоанализа и	
		анализа педагогической	
		деятельности, оценивания	
		образовательных технологий; - логичность составленной	
		программы профессионального	
		совершенствования.	
	1	совершенетвования.	

ПК 3.3.	Оформлять	- соответствие содержания	Текущий контроль
1110 5.5.	педагогические	выступления (доклада) структуре	Проверка отчетов,
	разработки в виде	и требованиям, предъявляемым к	рефератов, выступлений
	отчетов, рефератов,	ее компонентам.	на соответствие
	выступлений	- логичность выступлений с	требованиями СИБИД
	Выступлении	аргументированностью выбора	(Системы стандартов по
	!	формы;	информации,
	!	- демонстрация правильности	библиотечному и
	!	оформления педагогических	издательскому делу)
		разработок;	3 3/
	!	- соответствие педагогических	Оценка презентаций
	!	разработок методическим	педагогических
		требованиям;	разработок
		- качество презентации	
	!	результатов педагогической	
		деятельности;	
		- полнота оформления	
		портфолио педагогических	
		достижений.	
ПК 3.4.	Участвовать в	- планирование	Текущий контроль
	исследовательской и	исследовательской деятельности	Консультационная
	проектной	в соответствие с этапами	проверка промежуточных
	деятельности в	научного исследования;	результатов исследования
	области физического	- разработка тематики	
	воспитания	исследовательской и проектной	Рубежный контроль
	!	деятельности с учетом основных	Экспертная оценка
	!	тенденций развития начального	Портфолио студента
		общего образования, интересов,	(раздел «Сертификаты и
		возрастных и индивидуально-	свидетельства»)
		психологических особенностей	
		учителя и учащихся;	
		- демонстрация владения	
		технологией разработки и	
		методикой проведения уроков-	
		проектов;	
		- качество оформления	
		результатов педагогического	
		исследования;	
		1 результативность участия в	
		исследовательской и проектной	
		деятельности.	

4.2 Примерный перечень

вопросов и заданий для проведения промежуточной аттестации

- 1. Предмет и задачи гигиены. Факторы окружающей среды.
- 2. Гигиена воздуха: температура, влажность.
- 3. Гигиена воздуха: атмосферное давление, движение воздуха.
- 4. Химический состав воздуха.
- 5. Загрязнение воздуха и борьба с ним.
- 6. Питьевая вода. Химический состав воды.
- 7. Органолептические свойства воды. Бактериологическое загрязнение воды.
- 8. Методы обеззараживания и очистки воды.
- 9. Гигиена почвы.
- 10. Значение и основные принципы закаливания.
- 11. Закаливание водой.
- 12. Закаливание воздухом, солнцем.
- 13. Рациональный режим дня.
- 14. Вредные привычки: курение.
- 15. Вредные привычки: алкоголизм.
- 16. Вредные привычки: наркомания, токсикомания.
- 17. Уход за телом, руками, ногами.
- 18. Гигиена физический культуры и спорта.
- 19. Гигиена питания. Калорийность пищи.
- 20. Характеристика белков.
- 21. Характеристика углеводов.
- 22. Характеристика жиров.
- 23. Минеральные вещества.
- 24. Характеристика витаминов.
- 25. Усвояемость пищи. Режим питания.
- 26. Питание спортсменов.
- 27. Гигиенические требования к ориентации и расположению спортивных объектов.
- 28. Гигиенические требования к освещению.
- 29. Гигиенические требования к вентиляции.
- 30. Гигиенические требования к отоплению.
- 31. Гигиенические требования к окраске стен и потолков, к инвентарю и оборудованию.
- 32. Гигиенические требования к проведению тренировок. Питьевой и весовой режим.
- 33. Тренировки в условиях повышенной температуры.
- 34. Тренировки в условиях пониженной температуры, в горных условиях.
- 35. Гигиена физического воспитания школьников.
- 36. Основные гигиенические правила подготовки юных спортсменов.

Государственное профессиональное образовательное учреждение «СЫКТЫВКАРСКИЙ ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ имени И.А. КУРАТОВА»

промежуточный контроль

Предметно-цикловая комиссия преподавателей физической культуры и спортивных дисциплин

Специальность	49.02.02 Адаптивная физическая культура
Наименование дисциплины	ОП.6 Гигиенические основы физического воспитания

Компетенции по дисциплине «Гигиенические основы физического воспитания» формируются последовательно в ходе проведения теоретических и практических (семинарских) занятий.

Критерии оценивания компетенций (результатов)

Зачет проводится по экзаменационным билетам. Количество вопросов в билете -2. Перечень вопросов представлен в п.4.2.

Критерии оценивания:

- соответствие структуре билета:
- актуальность;
- новизна и значимость;
- ожидаемый результат.

Ответ на зачете оценивается по двухбалльной системе: «зачтено» и «не зачтено».

«Зачтено» - студент ответил на вопросы в полной мере, его ответ был грамотно и логически верно выстроен, дополнительных уточняющих вопросов не потребовалось; или студент ответил на все вопросы, однако потребовалось ряд уточняющих вопросов, на которые студент тоже ответил.

«**Не зачтено**» - содержание ответа не раскрывает вопросы, что потребовало большого количества наводящих и уточняющих вопросов, на которые студент не смог ответить; либо студент отказался отвечать на вопросы.