

Аннотация рабочей программы дисциплины

Б1.В.06 Общая и специальная гигиена

Цель изучения дисциплины	формирование и профессиональных компетенций, необходимых будущим бакалаврам направления 49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм» для решения профессиональных задач с использованием математического аппарата
Место дисциплины в учебном плане	Б1.В.06
Формируемые компетенции	ОК-7, ОК-8, ПК-5
Знания, умения, навыки, получаемые в результате освоения дисциплины	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - влияние факторов окружающей среды и социальных условий на здоровье и работоспособность; - роль и место питания в сохранении здоровья, высокой работоспособности и росте спортивного мастерства; - физиолого-гигиенические основы личной гигиены и закаливания как необходимого условия сохранения, укрепления здоровья и профилактики заболеваний инфекционной и неинфекционной природы; - особенности применения системы гигиенических средств и методов, используемых в практике спорта для укрепления здоровья, повышения работоспособности; - особенности гигиенического обеспечения физкультурно-спортивной деятельности для лиц разного возраста. <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеть методиками гигиенического исследования факторов окружающей среды для создания оптимальных условий при занятиях физической культурой и спортом; - составлять рационы питания, меню и использовать различные диетические приёмы для спортсменов на различных этапах годичного цикла тренировок с учётом их индивидуальных особенностей. - практически разрабатывать и давать теоретическое обоснование гигиеническому обеспечению подготовки спортсменов на учебно-тренировочном сборе в своём виде спорта в различных условиях окружающей среды; - разрабатывать гигиеническое обеспечение для лиц разного возраста и состояния здоровья при занятиях физкультурно-оздоровительной и массовой физической культурой. <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками исследования и оценки условий окружающей среды при занятиях физической культурой и спортом;
Содержание дисциплины	Раздел 1. История развития гигиены в России и за рубежом. Основные этапы развития гигиены. Раздел 2. Гигиена как наука. Биологические факторы внешней среды Раздел 3. Гигиена воздушной среды Раздел 4. Гигиена водной среды и почвы Раздел 5. Личная гигиена спортсмена Раздел 6. Гигиена одежды и обуви. Раздел 7. Закаливание спортсмена Раздел 8 Гигиена спортивных сооружений Раздел 9 Гигиена питания Раздел 10 Гигиена физической культуры и спорта Раздел 11 Гигиена физического воспитания детей и подростков Раздел 12 Система

	гигиенического обеспечения подготовки спортсменов
Формы промежуточной аттестации	Зачет