


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



УТВЕРЖДЕНО
решением Ученого совета института медицины, экологии и
физической культуры

от « 12 » мая 2021г., протокол № 9/229

Председатель _____ В.И.Мидленко

« 12 » мая 2021г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина	Гигиена физической культуры и спорта
Факультет	Физической культуры и реабилитации
Кафедра	Адаптивной физической культуры (АФК)
Курс	3

Направление (специальность) 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Направленность (профиль/специализация) физическая реабилитация
полное наименование

Форма обучения очная, заочная

Дата введения в учебный процесс УлГУ: « 1 » сентября 2021г.

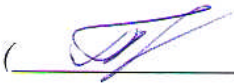
Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № 1 от 29.08.2022 г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № 13 от 29.05.2023 г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № _____ от _____ 20 _____ г.

Сведения о разработчиках:

ФИО	Кафедра	Должность, ученая степень, звание
Павлова В.А.	АФК	Ст. преподаватель

СОГЛАСОВАНО	
Заведующий выпускающей кафедрой	
Балыкин М.В.	
	/ М.В.Балыкин /
Подпись	ФИО
« 11 »	мая 2021г.

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Цели освоения дисциплины: Цель преподавания курса: формирование представлений о средствах и методах охраны здоровья, взаимодействия организма с окружающей средой, профилактики заболеваний, гармонического физического развития, формах и требованиях к организации занятий физической культурой, адаптивной физической культурой и спортом.

Задачи освоения дисциплины:

- Изучение общих закономерностей взаимодействия организма и окружающей среды в процессе занятий физической культурой и спортом;
- Формирование общих представлений о требованиях к организации занятий физической культурой и спортом, знаний о гигиенических факторах, способствующих профилактике заболеваний и улучшающих здоровье населения;
- Получение знаний об оптимизации условий проведения оздоровительной и адаптивной физической культурой, формировании представлений о здоровом образе жизни, оздоровлении различных категорий населения, включая лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина относится к вариативной части. Для успешного освоения дисциплины необходимы знания общей биологии с основами экологии, физиология человека, возрастной физиологии, физиологии спорта, теории и методики физического воспитания и спорта. Общая и специальная гигиена является предшествующей для дисциплин: частные методики адаптивной физической культуры, физическая реабилитация.

3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Код и наименование реализуемой компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	Знать: правовые нормы, имеющиеся ресурсы и ограничения Уметь: определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений Владеть: способами решения поставленных задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
ПК-12 Способен взаимодействовать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в	Знать: о результатах образования, путях их достижения и способах оценки. Уметь: взаимодействовать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач.

решении воспитательных задач, иметь научное представление о результатах образования, путях их достижения и способах оценки	Владеть: Методами взаимодействия с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач; владеть научными представлениями о результатах образования, путях их достижения и способах оценки
ПК-20Способен применять основы законодательства РФ в сфере адаптивной физической культуры и спорта, в сфере ФКиС, этические нормы в области спорта, уметь пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи	Знать: основы законодательства РФ в сфере адаптивной физической культуры и спорта, в сфере ФКиС, этические нормы в области спорта Уметь: пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи Владеть: информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи

4. ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах (всего) _____ 2 _____

4.2. Объем дисциплины по видам учебной работы (в часах)

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения <u>очная</u>)			
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам		
		1	2	3
1	2	3	4	5
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	28		28	
Аудиторные занятия:	28		28	
лекции	14		14	
Семинары и практические занятия	14		14	
лабораторные работы, практикумы	-		-	
Самостоятельная работа	44		44	
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы:	Опрос, доклад		Опрос, доклад	

тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др.(не менее 2 видов)				
Курсовая работа	-		-	
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	зачет		зачет	
Всего часов по дисциплине	72		72	

Объем дисциплины в зачетных единицах (всего) 2

Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения <u>заочная</u>)			
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам		
		1	2	3
1	2	3	4	5
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	8		8	
Аудиторные занятия:	8		8	
лекции	4		4	
Семинары и практические занятия	4		4	
лабораторные работы, практикумы	-		-	
Самостоятельная работа	64		64	
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др.(не менее 2 видов)	Конспект, коллоквиум, доклад		Конспект, коллоквиум, доклад	
Курсовая работа	-		-	
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	зачет		зачет	
Всего часов по дисциплине	72		72	

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

**Часы ПрП по дисциплине указываются в соответствии с УП, в случае, если*

дисциплиной предусмотрено выполнение отдельных элементов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью обучающихся

4.3. Содержание дисциплины (модуля.) Распределение часов по темам и видам учебной работы:

Форма обучения _____ очная _____

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	
Раздел 1. Общая патология							
1. Гигиена, ее роль в здравоохранении, физической культуре и спорте	8	2	2			4	Опрос, дискуссия
2. Гигиена воздушной среды, воды и почв; гигиенические основы закаливания	10	2	2			6	Опрос, решение логических задач
3. Гигиена питания при занятиях адаптивной физической культурой и спортом	10	2	2			6	Опрос, решение логических задач
4. Гигиеническое нормирование физических нагрузок при занятиях физической культурой	10	2	2			6	Опрос, решение логических задач
5. Гигиенические основы проектирования, строительства и эксплуатации спортивных	10	2	2			6	Опрос

сооружений							
6. Гигиеническое обеспечение физического воспитания в школе	12	2	2			8	Опрос, решение логических задач
7. Гигиеническое обеспечение занятий отдельными видами спорта	12	2	2			8	Опрос
Итого	72	14	14			44	

Форма обучения _____ заочная _____

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	
1. Гигиена, ее роль в здравоохранении, физической культуре и спорте	10					10	Конспект, включение вопросов в перечень зачетных
2. Гигиена воздушной среды, воды и почв; гигиенические основы закаливания	10					10	Проверка конспектов и решения логических задач
3. Гигиена питания при занятиях адаптивной физической культурой и спортом	10	1	1			8	Опрос, решение логических задач
4. Гигиеническое нормирование физических	10	1	1			8	Опрос, решение логических задач

нагрузок при занятиях физической культурой							
5. Гигиенические основы проектирования, строительства и эксплуатации спортивных сооружений	12					12	Конспект, включение вопросов в перечень зачетных
6. Гигиеническое обеспечение физического воспитания в школе	10	1	1			8	Опрос, решение логических задач
7. Гигиеническое обеспечение занятий отдельными видами спорта	10	1	1			8	Опрос
Итого	72	4	4			64	

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Тема 1: Гигиена, ее роль в здравоохранении, физическом воспитании и спорте

Методы изучения внешней среды и ее влияния на здоровье населения. Предмет, содержание и задачи гигиены. Гигиена-основа профилактики. Профилактика-основополагающий принцип охраны здоровья населения. Методы гигиенических исследований. Гигиена физической культуры, спорта и адаптивной физической культуры.

Тема 2. Гигиеническая характеристика воздушной среды, воды, почв. Гигиенические основы закаливания.

Состав и гигиеническое значение воздуха для человека. Гигиеническое значение газо-воздушной среды, физические свойства воздуха. Химический состав воздуха, гигиеническое значение. Роль воды в жизнедеятельности человека. Органолептические и эпидемиологические свойства воды. Очистка и обеззараживание воды. Гигиенические свойства почв. Самоочищение и эпидемиологические свойства почв. Гигиеническое обоснование выбора почв для строительства спортивных сооружений. Физиологические и гигиенические основы закаливания. Гигиенические нормы закаливания воздухом, водой, солнечным излучением.

Тема 3. Гигиена питания при занятиях адаптивной физической культурой и спортом.

Понятие о сбалансированном питании. Физиологическая роль и гигиеническое значение белков, жиров, углеводов. Значение минеральных веществ, витаминов. Основной обмен, методы определения энергетических затрат. Энерготраты при занятиях физической (адаптивной) физической культурой. Общие гигиенические требования к

режиму питания. Режим питания при занятиях физической культурой и спортом. Особенности питания при занятиях спортом.

Тема 4. Гигиеническое нормирование физических нагрузок при занятиях физической культурой.

Гигиеническое нормирование двигательной активности школьников. Формирование двигательной активности школьников. Гигиенические возрастно-половые нормативы двигательной активности школьников. Гигиеническое нормирование циклических и статических нагрузок. Гигиеническое нормирование физических нагрузок для лиц зрелого и пожилого возраста.

Тема 5. Гигиенические основы проектирования, строительства и эксплуатации спортивных сооружений

Основные гигиенические требования к расположению и планировке спортивных сооружений. Гигиенические требования к строительным материалам. Гигиенические требования к освещению, отоплению и вентиляции спортивных сооружений. Гигиенические требования к бассейнам. Основные гигиенические требования к физкультурно-оздоровительным сооружениям.

Тема 6. Гигиеническое обеспечение физического воспитания в школе.

Гигиенические принципы организации занятий физическими упражнениями в школе и коррекционной школе. Гигиенические требования к структуре, содержанию, объему и интенсивности физических нагрузок в процессе физического воспитания в школах.

Тема 7. Гигиеническое обеспечение занятий отдельными видами спорта.

Гигиенические требования к планированию тренировок. Гигиенические требования к спортивному инвентарю, оборудованию, напольным покрытиям. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Гигиеническое обоснование занятий гимнастикой, легкой атлетикой, лыжным спортом, спортивными играми, плаванием

6. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

Тема 1. Гигиена, ее роль в здравоохранении, физическом воспитании и спорте.

Форма проведения: семинарское занятие, дискуссия

Вопросы к теме:

1. Предмет, методы, задачи гигиены.
2. Индивидуальное и общественное здоровье.
3. Гигиенические принципы физической культуры и спорта.
4. Гигиенические основы адаптивной физической культуры.
5. Гигиенические основы физической культуры в профилактике патологии респираторной и сердечно-сосудистой системы.

Дискуссия: «Являются ли физические упражнения фактором окружающей среды?»

Тема 2. Гигиеническая характеристика воздушной среды, воды, почв. Гигиенические основы закаливания.

Форма проведения: семинарское занятие.

Вопросы к теме:

1. Гигиеническое значение физических свойств воздуха.
2. Гигиеническое значение химического состава воздуха.
3. Физиологическое действие физико-химических свойств воздуха на организм.

4. Значение воды в жизнедеятельности организма.
5. Органолептические свойства воды.
6. Эпидемиологическое значение воды, очистка и обеззараживание воды.
7. Гигиеническое значение и свойства почвы.
8. Физиологические основы закаливания.

Тема 3. Гигиена питания при занятиях физической культурой и спортом.

Форма проведения: практическое занятие.

Вопросы к теме:

1. Физиологическая роль пищевых веществ.
2. Понятие о достаточном и сбалансированном питании.
3. Гигиенические принципы построения рациона питания.
4. Энергозатраты при занятиях физической культурой и спортом.
5. Режим и особенности питания при занятиях физической культурой и спортом.

Тема 4. Гигиеническое нормирование физических нагрузок при занятиях физической культурой.

Форма проведения: семинарское занятие.

Вопросы к теме:

1. Гигиеническое нормирование двигательной активности школьников.
2. Нормирование двигательной активности школьников.
3. Формирование двигательной активности школьников.
4. Возрастно-половые нормативы двигательной активности школьников.
5. Нормирование циклических нагрузок.

Тема 5. Гигиенические основы проектирования, строительства и эксплуатации спортивных сооружений.

Форма проведения: семинарское занятие.

Вопросы к теме:

1. Гигиенические требования к расположению и планировке спортивных сооружений.
2. Гигиенические требования к освещению спортивных сооружений.
3. Гигиенические требования к отоплению и вентиляции спортивных сооружений.
4. Требования к физкультурно-оздоровительным сооружениям.

Тема 6. Гигиеническое обеспечение физического воспитания в школе.

Форма проведения: семинарское занятие.

Вопросы к теме:

1. Принципы организации занятий физическими упражнениями в школе.
2. Принципы организации занятий адаптивной физической культурой в коррекционной школе.
3. Гигиенические требования к проведению урока физического воспитания в школе.
4. Гигиеническая характеристика частей урока.

Тема 7. Гигиеническое обеспечение занятий отдельными видами спорта.

Форма проведения: семинарское занятие.

Вопросы к теме:

1. Гигиенические требования к планированию тренировок.

2. Гигиеническое обоснование занятий спортивной гимнастикой, гигиенические требования к спортивному инвентарю и оборудованию, спортивной одежде.
3. Гигиеническое обоснование занятий легкой атлетикой, требования к спортивной одежде.
4. Гигиеническое обоснование занятий лыжным спортом, требования к спортивной одежде.
5. Гигиеническое обоснование занятий спортивными играми, требования к спортивной одежде, спортивному инвентарю.
6. Гигиеническое обоснование занятий плаванием.

7. ЛАБОРАТОРНЫЕ РАБОТЫ, ПРАКТИКУМЫ - данный вид работы не предусмотрен УП.

8. ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ, РЕФЕРАТОВ - данный вид работы не предусмотрен УП.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ (ЗАЧЕТУ)

1. Предмет, методы, задачи гигиены, и гигиены физической культуры и спорта.
2. Индивидуальное и общественное здоровье.
3. Гигиенические принципы физической культуры и спорта.
4. Гигиенические основы адаптивной физической культуры.
5. Гигиенические основы физической культуры в профилактике патологии респираторной и сердечно-сосудистой системы.
6. Гигиеническое значение физических свойств воздуха.
7. Гигиеническое значение химического состава воздуха.
8. Физиологическое действие физико-химических свойств воздуха на организм.
9. Значение воды в жизнедеятельности организма.
10. Органолептические свойства воды.
11. Эпидемиологическое значение воды, очистка и обеззараживание воды.
12. Гигиеническое значение и свойства почвы.
13. Физиологические основы закаливания.
14. Физиологическая роль пищевых веществ.
15. Понятие о достаточном и сбалансированном питании.
16. Гигиенические принципы построения рациона питания.
17. Энергозатраты при занятиях физической культурой и спортом.
18. Режим и особенности питания при занятиях физической культурой и спортом.
19. Составление пищевого рациона спортсмена.
20. Гигиеническое нормирование двигательной активности школьников.
21. Нормирование двигательной активности школьников.
22. Формирование двигательной активности школьников.
23. Возрастно-половые нормативы двигательной активности школьников.
24. Нормирование циклических нагрузок.
25. Гигиенические требования к расположению и планировке спортивных сооружений.
26. Гигиенические требования к освещению спортивных сооружений.
27. Гигиенические требования к отоплению и вентиляции спортивных сооружений.

27. Требования к физкультурно-оздоровительным сооружениям.
28. Принципы организации занятий физическими упражнениями в школе.
29. Принципы организации занятий в коррекционной школе.
30. Гигиенические требования к проведению урока физического воспитания в школе.
31. Гигиеническая характеристика частей урока.
32. Гигиенические требования к планированию тренировок.
33. Гигиеническое обоснование занятий спортивной гимнастикой, гигиенические требования к спортивному инвентарю и оборудованию, спортивной одежде.
34. Гигиеническое обоснование занятий легкой атлетикой, требования к спортивной одежде.
35. Гигиеническое обоснование занятий лыжным спортом, требования к спортивной одежде.
36. Гигиеническое обоснование занятий спортивными играми, требования к спортивной одежде, спортивному инвентарю.
37. Гигиеническое обоснование занятий плаванием.
38. Гигиеническое обоснование занятий боксом, требования к спортивной одежде.
39. Гигиеническое обоснование занятий борьбой, требования к спортивной одежде.

10. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Форма обучения _____ очная _____

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др.)	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
Тема 1	Проработка учебного материала	5	Опрос
Тема 2	Проработка учебного материала, решение логических задач	7	Опрос, проверка решения задач
Тема 3	-----	7	-----
Тема 4	-----	7	-----
Тема 5	Проработка учебного материала	5	Опрос
Тема 6	Проработка учебного материала, решение логических задач	7	Опрос, проверка решения задач
Тема 7	Проработка учебного материала	6	Опрос
Всего		44	

Форма обучения _____ заочная _____

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др.)	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
-------------------------	--	---------------	--

			<i>др.)</i>
Тема 1	Проработка учебного материала, конспект	5	Проверка конспекта, включение вопросов в перечень зачетных
Тема 2	Проработка учебного материала, конспект, решение логических задач	7	Проверка конспекта и решения задач, включение вопросов в перечень зачетных
Тема 3	Проработка учебного материала, решение логических задач	7	Опрос, проверка решения задач
Тема 4	Проработка учебного материала, решение логических задач	7	Опрос, проверка решения задач
Тема 5	Проработка учебного материала, конспект	5	Проверка конспекта, включение вопросов в перечень зачетных
Тема 6	Проработка учебного материала, решение логических задач	7	Опрос, проверка решения задач
Тема 7	Проработка учебного материала	6	Опрос
Всего		44	

11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

основная литература

1. Мангушева, Н. А. Гигиена физического воспитания и спорта : учебное пособие для бакалавров / Н. А. Мангушева. — Ульяновск : Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова, 2014. — 88 с. — ISBN 978-5-86045-733-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/59160.html>
2. Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев ; под редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 308 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14311-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/477309>

дополнительная литература

1. Гигиена физической культуры и спорта : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. — 84 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95397.html>
2. Тулякова, О. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка

физического развития детей и подростков : учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-0493-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/93803.html>

3. Миронов, С. П. Спортивная медицина : национальное руководство/ Под ред. С. П. Миронова, Б. А. Поляева, Г. А. Макаровой - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 1184 с. (Серия "Национальные руководства") - ISBN 978-5-9704-2460-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970424605.html>

учебно-методическая литература

1. Павлова В. А. Общая и специальная гигиена : методические указания для самостоятельной работы бакалавров направления подготовки 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) / В. А. Павлова, М. В. Балыкин; УлГУ, ИМЭиФК. - Ульяновск : УлГУ, 2019. - Загл. с экрана; Неопубликованный ресурс. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 314 КБ). - Текст : электронный. <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/7886>

Согласовано:

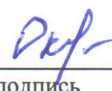
Начальник отдела НБ УлГУ / Окунева И. А. /

Должность сотрудника НБ

ФИО

подпись

дата

 11.05.2021

бб) Программное обеспечение:

1. ОС Microsoft Windows
2. MS Office

в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. IPRbooks: электронно-библиотечная система : сайт / группа компаний Ай Пи Ар Медиа. - Саратов, [2021]. –URL:<http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. ЮРАЙТ :электронно-библиотечная система : сайт / ООО Электронное издательствоЮРАЙТ. – Москва, [2021]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. Консультант студента:электронно-библиотечная система : сайт / ООО Политехресурс. – Москва, [2021]. –URL:<https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг. – Москва, [2021]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Букап. – Томск, [2021]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. Лань:электронно-библиотечная система : сайт/ ООО ЭБС Лань. –Санкт-Петербург, [2021]. –URL:<https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. Znaniium.com:электронно-библиотечная система : сайт / ООО Знаниум. -

Москва, [2021]. - URL: <http://znanium.com> . – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.8. ClinicalCollection : коллекция для медицинских университетов, клиник, медицинских библиотек // EBSCOhost : [портал]. – URL: <http://web.b.ebscohost.com/ehost/search/advanced?vid=1&sid=9f57a3e1-1191-414b-8763-e97828f9f7e1%40sessionmgr102>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

1.9.Русский язык как иностранный :электронно-образовательный ресурс для иностранных студентов : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». – Саратов, [2021]. – URL: <https://ros-edu.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

2. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: справочная правовая система. /ООО «Консультант Плюс» - Электрон.дан. - Москва :КонсультантПлюс, [2021].

3.Базы данных периодических изданий:

3.1. База данных периодических изданий: электронные журналы/ ООО ИВИС. - Москва, [2021]. –URL:<https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>. – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

3.2. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО Научная Электронная Библиотека. – Москва, [2021]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

3.3. «Grebennikon» : электронная библиотека / ИД Гребенников. – Москва, [2021]. – URL: <https://id2.action-media.ru/Personal/Products>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

4. Национальная электронная библиотека:электронная библиотека : федеральная государственная информационная система : сайт /Министерство культуры РФ ; РГБ. – Москва, [2021]. –URL:<https://нэб.рф>. – Режим доступа: для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. SMARTImagebase //EBSCOhost : [портал].– URL: <https://ebco.smartimagebase.com/?TOKEN=EBSCO-1a2ff8c55aa76d8229047223a7d6dc9c&custid=s6895741>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Изображение : электронные.

6. Федеральные информационно-образовательные порталы:

6.1. [Единое окно доступа к образовательным ресурсам](http://window.edu.ru/) :федеральный портал / учредитель ФГАОУ ДПО ЦРГОП и ИТ.– URL:<http://window.edu.ru/> . – Текст : электронный.

6.2. [Российское образование](http://www.edu.ru) :федеральный портал / учредитель ФГАОУ ДПО ЦРГОП и ИТ. – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

7. Образовательные ресурсы УлГУ:

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

Согласовано:


Должность сотрудника УИТИГ


ФИО

 11.05.2021
подпись дата

12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Аудитории для проведения лекций, семинарских занятий, для проведения текущего

контроля и промежуточной аттестации.

Аудитории укомплектованы специализированной мебелью, учебной доской. Аудитории для проведения лекций оборудованы мультимедийным оборудованием для предоставления информации большой аудитории. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде, электронно-библиотечной системе.

Перечень оборудования:

1. Газоанализатор воздуха
2. Барометр-анероид
3. Гипоксикатор
4. Компьютер

13. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

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

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

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

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

Разработчик




подпись

Ст. преподаватель
должность

Табасова В.А.
ФИО

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

вводится для регистрации изменений РПД ВО, ПП ВО, программы ГИА ВО в соответствии с отметкой на титульном листе об актуализации документа на заседании кафедры (№ протокола, дата)

№ п/п	Содержание изменения или ссылка на прилагаемый текст изменения	ФИО заведующего кафедрой, реализующей дисциплину/выпускающей кафедрой	Подпись	Дата
1.	<p><i>краткое описание изменения или запись, например:</i></p> <p>Приложение 1 «Внесение изменений в п.п. а) <i>Список рекомендуемой литературы</i> п.11/9 «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины/практики»» с оформлением отдельного приложения;</p> <p>или</p> <p>«Внесение изменений в п.п. . . . «<i>Список рекомендуемой литературы</i>» Программы ГИА» с оформлением отдельного приложения;</p>	Балыкин М.В.		29.08.22
2.	<p><i>краткое описание изменения или, например:</i></p> <p>Приложение 3 «Внесение изменений в п.п. в) <i>Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы</i> п.11/9 «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины/практики»» с оформлением отдельного приложения</p>	Балыкин М.В.		29.08.22

а) Список рекомендуемой литературы**основная литература**

2. Мангушева, Н. А. Гигиена физического воспитания и спорта : учебное пособие для бакалавров / Н. А. Мангушева. — Ульяновск : Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова, 2014. — 88 с. — ISBN 978-5-86045-733-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/59160.html>

3. Стеблецов, Е. А. . Гигиена физической культуры и спорта : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев ; под редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 308 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14311-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/477309>

дополнительная литература

1. Гигиена физической культуры и спорта : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. — 84 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95397.html>

2. Тулякова, О. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков : учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-0493-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/93803.html>

3. Миронов, С. П. Спортивная медицина : национальное руководство/ Под ред. С. П. Миронова, Б. А. Поляева, Г. А. Макаровой - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 1184 с. (Серия "Национальные руководства") - ISBN 978-5-9704-2460-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970424605.html>

учебно-методическая литература

1. Бикбаева Ю. Я. Гигиена физической культуры и спорта : методические указания для самостоятельной работы бакалавров направления подготовки 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) / Ю. Я. Бикбаева, М. В. Балыкин. - Ульяновск : УлГУ, 2022. - 14 с. - Неопубликованный ресурс. - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/13739>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный. <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web/SearchResult/MarcFormat/476362>

*Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы***1. Электронно-библиотечные системы:**

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart: электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2022]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство ЮРАЙТ. – Москва, [2022]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Политехресурс. – Москва, [2022]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг. – Москва, [2022]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Букап. – Томск, [2022]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС Лань. – Санкт-Петербург, [2022]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. ЭБС **Znanium.com** : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Знаниум. - Москва, [2022]. - URL: <http://znanium.com>. – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.8. ClinicalCollection : научно-информационная база данных EBSCO // EBSCOhost : [портал]. – URL: <http://web.b.ebscohost.com/ehost/search/advanced?vid=1&sid=9f57a3e1-1191-414b-8763-e97828f9f7e1%40sessionmgr102>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

1.9. База данных «Русский как иностранный» : электронно-образовательный ресурс для иностранных студентов : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». – Саратов, [2022]. – URL: <https://ros-edu.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

2. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: справочная правовая система. /ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2022].

3. Базы данных периодических изданий:

3.1. База данных периодических изданий EastView : электронные журналы / ООО ИВИС. - Москва, [2022]. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

3.2. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО Научная Электронная Библиотека. – Москва, [2022]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

3.3. Электронная библиотека «Издательского дома «Гребенников» (Grebinnikon) : электронная библиотека / ООО ИД Гребенников. – Москва, [2022]. – URL: <https://id2.action-media.ru/Personal/Products>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

4. Федеральная государственная информационная система «Национальная

электронная библиотека»: электронная библиотека: сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2022]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. SMARTImagebase : научно-информационная база данных EBSCO// EBSCOhost : [портал]. – URL: <https://ebSCO.smartimagebase.com/?TOKEN=EBSCO-1a2ff8c55aa76d8229047223a7d6dc9c&custid=s6895741>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Изображение : электронные.

6. Федеральные информационно-образовательные порталы:

6.1. [Единое окно доступа к образовательным ресурсам](http://window.edu.ru/) : федеральный портал. – URL: <http://window.edu.ru/>. – Текст : электронный.



6.2. [Российское образование](http://www.edu.ru) : федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

7. Образовательные ресурсы УлГУ:

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

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

вводится для регистрации изменений РПД ВО, ПП ВО, программы ГИА ВО в соответствии с отметкой на титульном листе об актуализации документа на заседании кафедры (№ протокола, дата)

№ п/п	Содержание изменения или ссылка на прилагаемый текст изменения	ФИО заведующего кафедрой, реализующей дисциплину/выпускающей кафедрой	Подпись	Дата
1.	<i>краткое описание изменения или запись, например:</i> Приложение 1 «Внесение изменений в п.п. а) <i>Список рекомендуемой литературы</i> п.11/9 «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины/практики»» с оформлением отдельного приложения; или «Внесение изменений в п.п. . . . «Список рекомендуемой литературы» Программы ГИА» с оформлением отдельного приложения;	Балыкин М.В.		29.05.23
2.	<i>краткое описание изменения или, например:</i> Приложение 3 «Внесение изменений в п.п. в) <i>Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы</i> п.11/9 «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины/практики»» с оформлением отдельного приложения	Балыкин М.В.		29.05.23

а) Список рекомендуемой литературы

основная литература

4. Мангушева, Н. А. Гигиена физического воспитания и спорта : учебное пособие для бакалавров / Н. А. Мангушева. — Ульяновск : Ульяновский государственный педагогический университет имени И.Н. Ульянова, 2014. — 88 с. — ISBN 978-5-86045-733-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/59160.html>

5. Стеблецов, Е. А. . Гигиена физической культуры и спорта : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев ; под редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 308 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14311-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/477309>

дополнительная литература

1. Гигиена физической культуры и спорта : учебно-методическое пособие / составители С. Ю. Махов. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2020. — 84 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95397.html>
2. Тулякова, О. В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков : учебное пособие / О. В. Тулякова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 140 с. — ISBN 978-5-4497-0493-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/93803.html>
3. Миронов, С. П. Спортивная медицина : национальное руководство/ Под ред. С. П. Миронова, Б. А. Поляева, Г. А. Макаровой - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2013. - 1184 с. (Серия "Национальные руководства") - ISBN 978-5-9704-2460-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970424605.html>

учебно-методическая литература

1. Бикбаева Ю. Я. Гигиена физической культуры и спорта : методические указания для самостоятельной работы бакалавров направления подготовки 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) / Ю. Я. Бикбаева, М. В. Балыкин. - Ульяновск : УлГУ, 2022. - 14 с. - Неопубликованный ресурс. - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/13739>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный. <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web/SearchResult/MarcFormat/476362>

б) Программное обеспечение

1. СПС Консультант Плюс
2. Система «Антиплагиат.ВУЗ»
3. ОС Microsoft Windows
4. Microsoft Office 2016
5. «МойОфисСтандартный»

в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

1. Электронно-библиотечные системы:

- 1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2023]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru>. — Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.
- 1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство «ЮРАЙТ». — Москва, [2023]. - URL: <https://uraйт.ru>. — Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.
- 1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Политехресурс». — Москва, [2023]. — URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. — Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. — Текст : электронный.
- 1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО «Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг». — Москва, [2023]. — URL: <https://www.rosmedlib.ru>. — Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. — Текст : электронный.
- 1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Букап». — Томск, [2023]. — URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/>. — Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. — Текст : электронный.
- 1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС «Лань». — Санкт-Петербург, [2023]. — URL: <https://e.lanbook.com>. — Режим доступа: для зарегистрир.

пользователей. – Текст : электронный.

1.7. ЭБС Znanium.com :электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Знаниум». - Москва, [2023]. - URL: <http://znanium.com> . – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

2. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: справочная правовая система. / ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2023].

3. Базы данных периодических изданий:

3.1. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО «Научная Электронная Библиотека». – Москва, [2023]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

3.2. Электронная библиотека «Издательского дома «Гребенников» (Grebinnikon) : электронная библиотека / ООО ИД «Гребенников». – Москва, [2023]. – URL: <https://id2.action-media.ru/Personal/Products>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

4. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2023]. – URL:<https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

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

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

Согласовано:

Инженер ведущий / Щуренко Ю.В. / _____ / _____
Должность сотрудника УИГТ ФИО подпись дата