

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Институт фундаментальной медицины и биологии



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной деятельности КФУ

Проф. Д.А. Таюрский

_____» _____ 20__г.

подписано электронно-цифровой подписью

Программа дисциплины

Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности Б1.Б.20

Направление подготовки: 49.03.01 - Физическая культура

Профиль подготовки: Спортивная тренировка в избранном виде спорта (спортивные игры)

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Автор(ы):

Зиятдинова А.И., Шайхелисламова М.В.

Рецензент(ы):

Зефилов Т.Л.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий(ая) кафедрой: Зефилов Т. Л.

Протокол заседания кафедры No ____ от "____" _____ 201__г

Учебно-методическая комиссия Института фундаментальной медицины и биологии:

Протокол заседания УМК No ____ от "____" _____ 201__г

Регистрационный No 849437119

Казань
2019

Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) ведущий научный сотрудник, д.н. (доцент) Зиятдинова А.И. Научно-исследовательская лаборатория FoodLab Здоровое и безопасное питание Институт фундаментальной медицины и биологии , Alfiya.Ziyatdinova@kpfu.ru ; профессор, д.н. (профессор) Шайхелисламова М.В. Кафедра охраны здоровья человека отделение биологии и биотехнологии , MVShajhelislamova@kpfu.ru

1. Цели освоения дисциплины

Цель дисциплины - изучение и внедрение основных гигиенических норм, правил и мероприятий в организацию физического воспитания и спорта с целью сохранения и укрепления здоровья. Задачи дисциплины - научно обосновать гигиенические нормы , правила и мероприятия; определить влияние эндогенных и экзогенных факторов среды на занимающихся физическими упражнениями и спортом; выявить значение системы гигиенической подготовки спортсмена в отдельных видах спорта. Данная дисциплина представляет собой звено цикла дисциплин предметной подготовки, федеральный компонент. В данном курсе рассматриваются гигиенические принципы занятий физическими упражнениями и спортом, профилактические мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья, занимающихся различными видами спорта. Курс направлен на расширение и углубление медико-биологического образования студентов, формирование у них материалистического естественнонаучного мировоззрения. Современные гигиенические знания являются основой здорового образа жизни и позволяют эффективно использовать естественные силы природы, гигиенические правила, нормы и мероприятия в физкультурно-спортивной деятельности людей различного возраста.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел "Б1.Б.20 Дисциплины (модули)" основной образовательной программы 49.03.01 Физическая культура и относится к базовой (общепрофессиональной) части. Осваивается на 4 курсе, 8 семестр.

Дисциплина "Гигиена физического воспитания и спорта" формирует набор специальных знаний и компетенций, необходимых для выполнения научно-исследовательской и инновационной, научно-педагогической, организационно-управленческой, консультационно-экспертной, деятельности.

Для успешного усвоения дисциплины студент должен хорошо знать материал предшествующих дисциплин:

- а) возрастная физиология
- б) теория и методика физического воспитания
- в) специальная психология

Данная дисциплина является предшествующей и необходима для успешного усвоения последующих дисциплин: а) лечебная физическая культура

- б) спортивная медицина

Знания, полученные при изучении дисциплины "Гигиена физического воспитания и спорта" могут быть использованы при прохождении учебной, педагогической, преддипломной практик и выполнении выпускных квалификационных работ по направлению подготовки

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОПК-1 (профессиональные компетенции)	способностью определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста
ОПК-7 (профессиональные компетенции)	способностью обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь
ПК-17 (профессиональные компетенции)	способностью организовывать и вести рекреационную деятельность в организациях различного типа с учетом особенностей обучающихся, а также гигиенических и естественно-средовых факторов
ПК-8 (профессиональные компетенции)	способностью использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта

В результате освоения дисциплины студент:

4. должен демонстрировать способность и готовность:

При завершении изучения данной дисциплины студент должен демонстрировать готовность к применению полученных знаний о гигиенических принципах физического воспитания, правилах личной гигиены при занятиях различными видами спорта; о профилактических мероприятиях, как основы здорового образа жизни. Знать гигиенические нормы и требования к спортивным сооружениям, методы и организацию гигиенического контроля в физическом воспитании и физической подготовке.

Умело осуществлять санитарно-гигиенический контроль условий и организации физического воспитания и спорта; планировать и проводить санитарно-гигиенические мероприятия по профилактике спортивного травматизма; использовать различные средства и методы закаливания организма; формировать физическую активность различных групп населения, осуществлять консультативную деятельность по вопросам организации и проведении индивидуальных и коллективных физкультурно-спортивных занятий лиц разного возраста и пола.

Владеть средствами и методами по формированию здорового образа жизни ,сохранения спортивного долголетия, используя систему гигиенической подготовки спортсмена.

Демонстрировать способность и готовность к применению полученных знаний, умений и навыков на практике, при проведении учебно-тренировочных занятий, соревнований и уроков физической культуры.

4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных(ые) единиц(ы) 108 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: экзамен в 8 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю

Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Предмет и методы гигиены ФВ и спорта.	8	1	2	0	2	Устный опрос
2.	Тема 2. Гигиенические принципы занятий физическими упражнениями.	8	2	2	0	2	Письменное домашнее задание Творческое задание
3.	Тема 3. Гигиенические требования к спортивным сооружениям	8	3	4	0	2	Деловая игра Тестирование
4.	Тема 4. . Гигиенические требования к режиму дня спортсмена	8	4	4	0	2	Презентация Письменное домашнее задание
5.	Тема 5. Гигиена питания при занятиях физическими упражнениями и спортом	8	5,6,7	6	0	4	Творческое задание Презентация
6.	Тема 6. Роль гигиенических факторов в системе подготовки спортсмена при занятиях различными видами спорта	8	8,9,10,11	10	0	6	Письменное домашнее задание Презентация Контрольная работа
7.	Тема 7. Гигиенические основы занятий оздоровительной физической культурой	8	12	2	0	2	Письменная работа
.	Тема . Итоговая форма контроля	8		0	0	0	Экзамен

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
	Итого			30	0	20	

4.2 Содержание дисциплины

Тема 1. Предмет и методы гигиены ФВ и спорта.

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Цель, задачи, объект и предмет учебной дисциплины. История развития науки. Взаимосвязь гигиены ФВ и спорта с экологией человека. Влияние факторов среды на здоровье занимающихся физическими упражнениями и спортом. Роль гигиенических мероприятий в физическом воспитании и спорте. Методы, используемые в гигиене.

лабораторная работа (2 часа(ов)):

Оценка физических свойств атмосферного воздуха открытых и закрытых спортивных сооружений

Тема 2. Гигиенические принципы занятий физическими упражнениями.

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Гигиенические требования к содержанию, объему, интенсивности нагрузок. Значение принципов: непрерывности и преемственности, адекватности, комплексности при занятиях ФК и спортом Гигиенические требования к содержанию, объему, интенсивности нагрузок. Значение принципов: непрерывности и преемственности, адекватности, комплексности при занятиях ФК и спорта Гигиеническая оценка урока физической культуры Гигиенические требования к содержанию, объему, интенсивности нагрузок. Значение принципов: непрерывности и преемственности, адекватности, комплексности при занятиях ФК и спорта Гигиеническая оценка урока физической культуры Гигиенические требования к содержанию, объему, интенсивности нагрузок. Значение принципов: непрерывности и преемственности, адекватности, комплексности при занятиях ФК и спорта Гигиеническая оценка урока физической культуры

лабораторная работа (2 часа(ов)):

Гигиеническая оценка урока физической культуры. Определение моторной и общей плотности урока

Тема 3. Гигиенические требования к спортивным сооружениям

лекционное занятие (4 часа(ов)):

Значение и виды спортивных сооружений. Гигиенические основы проектирования и строительства спортивных сооружений. Гигиенические требования к строительным материалам, внутренней отделке сооружений. Факторы, влияющие на микроклиматические условия спортивных сооружений. Гигиенические требования к открытым и крытым спортивным сооружениям.

лабораторная работа (2 часа(ов)):

Гигиенические требования к открытым и крытым спортивным сооружениям.

Тема 4. . Гигиенические требования к режиму дня спортсмена

лекционное занятие (4 часа(ов)):

Режим дня, как основа здорового образа жизни. Факторы, влияющие на режим дня. Основные элементы режима дня. Значение правил личной гигиены. Гигиенические нормы суточной двигательной активности, чередование труда и отдыха. Физиологические основы закаливающих процедур.

лабораторная работа (2 часа(ов)):

Гигиена зрения. Профилактика миопий. Гигиена слуха. Оценка суточного расхода энергии

Тема 5. Гигиена питания при занятиях физическими упражнениями и спортом

лекционное занятие (6 часа(ов)):

Гигиенические требования к питанию, понятие о достаточном и сбалансированном питании. Режим питания. Гигиенические нормы основных питательных веществ. Их физиологическая роль и гигиеническое значение. Общие гигиенические принципы построения питания при занятиях физическими упражнениями. Безопасность продуктов питания, профилактика пищевых инфекций.

лабораторная работа (4 часа(ов)):

Гигиенические основы рациона питания при занятиях различными видами спорта. Провести расчет суточного рациона питания спортсмена и сравнить с суточным расходом энергии.

Тема 6. Роль гигиенических факторов в системе подготовки спортсмена при занятиях различными видами спорта

лекционное занятие (10 часа(ов)):

Цель системы гигиенической подготовки спортсмена, основные элементы. Гигиеническое нормирование тренировочных занятий. Гигиенические мероприятия, проводимые на учебно-тренировочных сборах. Гигиенические правила эксплуатации спортивного инвентаря и оборудования. Особенности гигиенических мероприятий при тренировках в разных климатических зонах. Методы восстановления работоспособности спортсмена.

лабораторная работа (6 часа(ов)):

Особенности гигиенических мероприятий при занятиях циклическими и ациклическими видами спорта

Тема 7. Гигиенические основы занятий оздоровительной физической культурой

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Гигиеническое обеспечение оздоровительной физической культуры и спорта женщин. Анатомо-физиологические особенности женского организма. Влияние физических нагрузок на женский организм. Особенности врачебного контроля за женщинами. Адаптивные биологические ритмы. Коррекция временной и климатографической адаптации спортсменов. Биоритмы, определение, классификация. Понятие десинхроза, его влияние на организм человека. Коррекция климатографической адаптации спортсменов.

лабораторная работа (2 часа(ов)):

Гигиенические требования к физкультурно-оздоровительным сооружениям. Гигиенические нормы суточной двигательной активности, основы дозирования физических нагрузок для лиц среднего и пожилого возраста.

4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. Предмет и методы гигиены ФВ и спорта.	8	1	подготовка к устному опросу	2	устный опрос
2.	Тема 2. Гигиенические принципы занятий физическими упражнениями.	8	2	подготовка домашнего задания	1	домашнее задание
				подготовка к творческому заданию	3	творческое задание
3.	Тема 3. Гигиенические требования к спортивным сооружениям	8	3	подготовка к деловой игре	2	деловая игра
				подготовка к тестированию	2	тестирование

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
4.	Тема 4. . Гигиенические требования к режиму дня спортсмена	8	4	подготовка домашнего задания	2	домашнее задание
5.	Тема 5. Гигиена питания при занятиях физическими упражнениями и спортом	8	5,6,7	подготовка к презентации	3	презентация
				подготовка к творческому заданию	1	творческое задание
6.	Тема 6. Роль гигиенических факторов в системе подготовки спортсмена при занятиях различными видами спорта	8	8,9,10,11	подготовка домашнего задания	2	домашнее задание
				подготовка к контрольной работе	2	контрольная работа
7.	Тема 7. Гигиенические основы занятий оздоровительной физической культурой	8	12	подготовка к письменной работе	2	письменная работа
	Итого				22	

5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

Традиционные технологии: Установочные и обобщенные лекции, форма " круглого стола", компьютерные симуляции, деловые и ролевые игры, разбор конкретных ситуаций. Мастер-классы экспертов и специалистов Санитарно-эпидемиологической службы

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Тема 1. Предмет и методы гигиены ФВ и спорта.

устный опрос , примерные вопросы:

Устный опрос, примерные вопросы. Задачи гигиены фв и с и общей гигиены. История развития гигиены в 17-18 в.в. Роль ученых в разработке профилактических мероприятий учебного процесса. Основоположники гигиены физического воспитания и спорта в России. Кто из ученых создал первую модель школьной парты? и его роль в развитии гигиены.

Оздоровительная направленность занятий физической культурой и спортом. Роль физических факторов среды в укреплении здоровья занимающихся физической культурой и спортом. Влияние химических факторов на здоровье занимающихся. Патогенные факторы среды, их влияние на здоровье занимающихся физическими упражнениями и спортом

Тема 2. Гигиенические принципы занятий физическими упражнениями.

домашнее задание , примерные вопросы:

Знать гигиенические принципы. Привести пример реализации каждого гигиенического принципа на уроках физической культуры(анализ школьной программы по физической культуре).

творческое задание , примерные вопросы:

Задание выполняет группа из трех студентов, каждая группа рассматривает и доказывает значимость определенного гигиенического принципа на основе анализа школьной программы по ФК: а) для детей младшего школьного возраста; б) для детей среднего школьного возраста; в) для детей старшего школьного возраста. Учитываются группы по состоянию здоровья: основная, подготовительная и спецмедгруппа.

Тема 3. Гигиенические требования к спортивным сооружениям

деловая игра , примерные вопросы:

Место проведения деловой игры-спортивный зал. Определяются роли: эксперты и преподаватели. Оценка проводится по следующим вопросам: гигиенические требования к спортсооружению(соответствие гигиенических требований к фактическим показателям); анализ микроклиматических условий и внутренней отделки зала; гигиенические требования к спортивной одежде и обуви; проведение гигиенических мероприятий на занятии.; определение общей и моторной плотности занятий. Отмечается соответствие гигиенических норм и мероприятий с фактическими данными. Подведение итогов.

тестирование , примерные вопросы:

Примерные вопросы даны в методическом пособии А.И.Зиятдинова. Гигиена физического воспитания и спорта. Казань, 2010г., -64с.

Тема 4. . Гигиенические требования к режиму дня спортсмена

домашнее задание , примерные вопросы:

Вопросы. Что такое режим дня? Какие факторы влияют на режим дня? Основные элементы режима дня. Особенности режима дня спортсмена. Задание- провести анализ своего режима дня(вид спорта).

Тема 5. Гигиена питания при занятиях физическими упражнениями и спортом

презентация , примерные вопросы:

Количество слайдов- 8-10. Темы: Основы рационального и полноценного питания. Особенности питания школьников. Влияние питания на физическое развитие. Функции белков, гигиенические нормы. Функции жирных кислот, гигиенические нормы . Функции углеводов, гигиенические нормы. Роль витаминов в питании спортсмена, гигиенические нормы. Значение водного баланса при занятиях спортом . Функции минеральных веществ, гигиенические нормы. Влияние этапа подготовки спортсмена на режим питания. Роль БАДов в питании спортсмена.

творческое задание , примерные вопросы:

Каждый студент составляет рацион питания спортсмена циклических и ациклических видов спорта. Проводит анкетирование среди спортсменов.

Тема 6. Роль гигиенических факторов в системе подготовки спортсмена при занятиях различными видами спорта

домашнее задание , примерные вопросы:

Знать основные элементы системы гигиенической подготовки спортсмена. Уметь аргументировать их значение для достижения спортивных результатов, повышения работоспособности и самое главное для сохранения и укрепления здоровья спортсмена.

контрольная работа , примерные вопросы:

Примерные вопросы даны в методическом пособии. А.И.Зиятдинова. Гигиена физического воспитания и спорта. Казань, 2010г., -64с.

Тема 7. Гигиенические основы занятий оздоровительной физической культурой

письменная работа , примерные вопросы:

Примерные вопросы по теме: Цель и задачи оздоровительной физической культуры. Оздоровительная физическая культура в ДОУ. Проведение оздоровительной физической культуры в общеобразовательных учреждениях (гимназии, коррекционные школы). Оздоровительная физическая культура в ВУЗах. Значение оздоровительной физической культуры для лиц пожилого возраста. Особенности оздоровительной физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Итоговая форма контроля

экзамен (в 8 семестре)

Примерные вопросы к экзамену:

Примерные вопросы к зачету

1. Объект и предмет гигиены физического воспитания и спорта, цели и задачи.
2. История развития гигиены физического воспитания и спорта в России.
3. Гигиенические принципы при закаливании водой .
4. Гигиенические нормы минеральных веществ. Их физиологическая роль в питании спортсмена .
5. Правила личной гигиены спортсмена.
6. Значение гигиенических мероприятий в системе подготовки спортсмена
7. Гигиенические требования к микроклимату крытых спортивных сооружений.
8. Гигиенические требования к спортивным сооружениям школы.
9. Гигиенические требования к физкультурно-оздоровительным сооружениям.
10. Гигиенические требования к закрытым спортивным сооружениям.
11. Гигиенические основы проектирования и строительства спортивных сооружений.
- Эпидемиологическое значение почвы.
12. Гигиенические требования к внутренней отделке спортивных сооружений.
13. Гигиенические требования к открытым спортивным сооружениям.
14. Гигиенические принципы физического воспитания.
15. Гигиенические принципы закаливания. Виды закаливания.
16. Значение углеводов в питании спортсмена. Гигиенические нормы.
17. Гигиенические требования к обуви спортсмена
18. Гигиенические требования к одежде спортсмена
19. Понятие о полноценном и рациональном питании спортсмена
20. Гигиенические требования при занятиях спортивной борьбой. Профилактика травматизма.
21. Гигиенические требования при занятиях лыжным спортом. Профилактика заболеваний.
22. Физиологическая роль и гигиеническая норма жиров.
23. Белки. Их физиологическая роль и гигиеническая норма.
24. Профилактика вредных привычек при занятии физическими упражнениями
25. Гигиенические требования при занятиях гимнастикой. Профилактика травматизма.
26. Гигиенические требования при занятиях плаванием. Профилактика заболеваний.
27. Гигиенические требования при занятиях легкой атлетикой. Профилактические мероприятия.
28. Гигиенические требования к спортивным играм. Профилактика травматизма.
- 29.. Профилактика травматизма при занятии спортом и физическими упражнениями
30. Гигиеническое значение физических свойств воздуха при занятии физическими упражнениями и спортом
31. Профилактика инфекционных заболеваний. Механизмы передачи инфекции.
- 32.. Медико-биологические средства восстановления при занятии спортом.
33. Гигиенические требования к качеству питьевой воды, ее физиологическое значение.
34. Гигиенический принцип "комплексности" при занятии физическими упражнениями и спортом
35. Гигиенические средства восстановления работоспособности.
36. Гигиенические требования к организации занятий по физической культуре в школе.
37. Гигиеническая роль закаливающих процедур в практике ФВ и спорта.
38. Профилактика утомления и переутомления на занятиях ФВ и спортом.

39. Гигиеническое нормирование физических нагрузок в зрелом и пожилом возрасте.
40. Гигиенические нормы и мероприятия при занятиях физическими упражнениями в подростковом возрасте.
41. Гигиенические мероприятия в период полового созревания детей.
42. Гигиенические нормы суточной двигательной активности школьников.
43. Факторы, влияющие на физическое развитие детей и подростков.
44. Особенности тренировочного процесса в различных климатогеографических условиях.
45. Гигиенические основы дозирования физических нагрузок в процессе физического воспитания школьников
46. Гигиеническая оценка урока физической культуры.
47. Физиологическая роль витаминов их гигиенические нормы
48. Физиологические основы оздоровительного действия физических упражнений.
49. ВИЧ-инфекция. Профилактика.
50. Гигиенические основы режима дня спортсмена

7.1. Основная литература:

1. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. - 2-е изд., перераб. - М.: Альфа-М: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 336 с.: ил.; 60x90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-98281-157-8, 400 экз. <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=417975>
2. Валеология: словарь терминов и понятий / Э.М. Прохорова. - М.: ИНФРА-М, 2012. - 111 с.: 60x88 1/16. - (Библиотека малых словарей 'ИНФРА-М'). (обложка) ISBN 978-5-16-004946-5, 500 экз. <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=242979>
3. Валеология: Учеб. пособие / Э.М. Прохорова; Российский государственный университет туризма и сервиса (ГОУВПО 'РГУТИС'). - М.: ИНФРА-М, 2009. - 255 с. <http://znanium.com/bookread.php?book=158955>

7.2. Дополнительная литература:

1. Производственная санитария и гигиена труда: Учебное пособие / Т.Г. Феоктистова, О.Г. Феоктистова, Т.В. Наумова. - М.: НИЦ Инфра-М, 2013. - 382 с. <http://znanium.com/bookread.php?book=363112>
2. Основы экологического нормирования: Учебник / Ю.А. Лейкин. - М.: Форум: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 368 с <http://znanium.com/bookread.php?book=451509>
3. Возрастная физиология: Физиология развития ребенка : учеб. пособие для студ. вузов / М. М. Безруких, В. Д. Сонькин, Д. А. Фарбер .? 2-е изд., стер. ? М. : Академия, 2007 .? 416 с.
4. Возрастная физиология и психофизиология: Учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.Ф. Лысова. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 352 с <http://znanium.com/bookread.php?book=376897>

7.3. Интернет-ресурсы:

- Гигиена физического воспитания и спорта. - <http://bankreferatov.ru/db/B/173F0EE3837BD1DE43257B430011F389#.VFE4P0Dqs1I>
- Гигиена физического воспитания и спорта Курс лекций - http://www.knigochei.ru/s_3057.html
- ГИГИЕНА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА: КУРС ЛЕКЦИЙ (УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ) - www.rae.ru/upfs/?section=content&op=show_article&article_id=4332

Гигиена физической культуры и спорта: учебник -
<http://www.studmedlib.ru/books/ISBN9785299004397.html>

Единое окно доступа к образовательным ресурсам. -
<http://window.edu.ru/library/pdf2txt/497/72497/49931/page3> Единое окно доступа к образовательным ресурсам.

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Освоение дисциплины "Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Комплект электронных презентаций, приборы для определения физических свойств среды, наглядные пособия, учебно-методические пособия

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 49.03.01 "Физическая культура" и профилю подготовки Спортивная тренировка в избранном виде спорта (спортивные игры) .

Автор(ы):

Зиятдинова А.И. _____

Шайхелисламова М.В. _____

"__" _____ 201__ г.

Рецензент(ы):

Зефилов Т.Л. _____

"__" _____ 201__ г.