

Министерство образования и науки РФ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)



А.А. Панфилов  
2015 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»**

(наименование дисциплины)

Направление подготовки: 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»

Профиль подготовки: Адаптивное физическое воспитание

Уровень высшего образования: бакалавриат

Форма обучения: очная

Семестр	Трудоемкость зач. ед./час.	Лекции, час.	Практич. занятия, час	Лаборатор ные работы, час.	СРС, час.	Форма промежут. контроля, (экз./зачет)
5	4/144	18		18	63	экзамен - 45
Итого	4/144	18		18	63	экзамен - 45

Владимир 2015

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель освоения дисциплины – формирование систематизированных знаний в области гигиены физкультурно-спортивной деятельности, а именно: гигиенических требованиях и нормах по организации процесса физического воспитания различных групп населения, тренировочного процесса спортсменов и иных лиц с отклонениями в состоянии здоровья в различных видах физической культуры и спорта. Развитие и совершенствование навыков оценки гигиенического состояния спортивных сооружений, качества спортивной одежды, рационального питания и личной гигиены спортсменов, а также для создания комфортной и безопасной среды в образовательном учреждении, в том числе применение здоровьесберегающих технологий.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Учебная дисциплина «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре» относится к базовой части Блока 1 государственного образовательного стандарта высшего образования.

Для освоения дисциплины используются знания, умения и навыки, сформированные в процессе изучения естественнонаучных, медико-биологических дисциплин: «Анатомия человека», «Физиология человека», «Биохимия человека», «Спортивная метрология», «Безопасность жизнедеятельности».

Успешное освоение дисциплины способствует углубленному изучению последующих дисциплин, таких как «Адаптивное физическое воспитание школьников», «Частные методики адаптивной физической культуры», «Физическая реабилитация» с последующей реализацией полученных знаний и навыков в профессиональной деятельности.

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

**знать:** основные гигиенические требования к спортивным сооружениям, помещениям, оборудованию, территориям спортивных сооружений, спортивной одежде и обуви, собственно занятиям; причины массовых инфекционных и неинфекционных заболеваний при занятиях физической культурой и спортом, резервные возможности организма в процессе адаптации к умственным и физическим нагрузкам, во время закаливания (ОПК-5);

**уметь:** оценивать уровень адекватности физических нагрузок морфофункциональным возможностям организма; применять адекватные, научно-обоснованные средства и методы

обучения и организационные приемы работы с занимающимися; организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом санитарно-гигиенических норм и правил к спортивным сооружениям, помещениям, оборудованию, территориям спортивных сооружений, спортивной одежде и обуви, занятиям (ОПК-5);

**владеть:** современными средствами, методами, приемами для гигиенической оценки помещений, оборудования, территорий спортивных сооружений, спортивной одежды и обуви, а также состояния занимающихся, способами планирования и проведения мероприятий по профилактике несчастных случаев на занятиях, физиологическими знаниями при оказании первой помощи при травмах в процессе выполнения физических упражнений, снижать негативные влияния различных видов спорта на здоровье людей (ОПК-5).



#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы, 144 часа.

№ п/п, раздел (тема)дисциплины	семестр	неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)						Объем учебной работы, с примене нием интеракт ивных методов (в часах %)	Формы текущего контроля успеваемости и (по неделям семестра), форма промежуточ ной аттестации (по семестрам)
			лекции	Практические	Лабор. работы	Контр. работы	СРС	КП/КР		
1. Введение в гигиену. Гигиена воздуха и климат	5	1-2	2		2		2			
2. Гигиена почвы и очистка населенных мест.	5	3-4	2		2		2	2/50%		
3. Гигиена воды и водоснабжения населенных мест.	5	5-6	2		2		2		Рейтинг- контроль 1	
4. Гигиенические требования к спортивным сооружениям	5	7-8	2		2		4	2/50%		
5. Личная гигиена спортсменов. Профилактика инфекционных заболеваний	5	9	1		1		2			
6. Гигиена спортивной одежды и обуви.	5	10	1		1		1			
7. Гигиена закаливания.	5	11- 12	2		1		6	1/33%	Рейтинг- контроль 2	
8. Гигиена питания.	5	11- 12	1		1		2			
9. Питание спортсменов.	5	13- 14	1		1		4	1/50%		
10. Гигиена физического воспитания детей и подростков.	5	15- 16	2		2		8			
11. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов.	5	17- 18	2		3		30	2/40%	Рейтинг- контроль 3	
Итого:			18		18		63	8/22%	Экзамен- 45	

## 5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

При реализации лекционного курса применяются как информационно-рецептивный и репродуктивный методы обучения, а именно:

Работа в команде – совместная деятельность студентов в группе под руководством лидера, направленная на решение общей задачи с делением ответственности и полномочий.

Case-study – анализ реальных проблемных ситуаций, имевших место в соответствующей области профессиональной деятельности, и поиск вариантов лучших решений.

Проблемное обучение – стимулирование студентов к самостоятельной «добыче» знаний, необходимых для решения конкретной проблемы.

Обучение на основе опыта – активизация познавательной деятельности студентов за счет ассоциации их собственного опыта с предметом изучения.

Индивидуальное обучение – выстраивание студентами собственных образовательных траекторий на основе формирования индивидуальных учебных планов и программ с учетом интересов и предпочтений студентов.

Междисциплинарное обучение – использование знаний из разных областей, их группировка и концентрация в контексте конкретной решаемой задачи.

Опережающая самостоятельная работа – изучение студентами нового материала до его изложения преподавателем на лекции и других аудиторных занятиях.

В ходе лабораторного практикума используются активные формы проведения занятий, делается акцент на прикладном значении осваиваемой дисциплины с целью реализации полученных знаний и умений в процессе дальнейшей профессиональной деятельности выпускника. Каждый студент самостоятельно, при обязательном контроле со стороны преподавателя осваивает технологии оценки спортивных сооружений, спортивной одежды, инвентаря, режима тренировки и уроков адаптивной физкультуры для людей различного возраста на основе реальных данных. Учится оценивать уровень физической готовности людей, имеющих отклонения в состоянии здоровья, давать конкретные рекомендации по формам и способам физической реабилитации. Студенты осваивают технологии использования измерительной техники – шумомеров, люксметров, психрометров для гигиенической оценки спортивных сооружений.

Методом опроса закрепляются знания, полученные на лекциях; с помощью докладов расширяется объем теоретических знаний по специальным вопросам, вынесенным на самостоятельное изучение; в ходе групповых дискуссий разбираются проблемные вопросы теории и практики гигиены; программируются возможные ситуации, с которыми студент может столкнуться в ходе практики, будущей работы в качестве организатора физкультурно-спортивной деятельности; осуществляется просмотр учебных и документальных фильмов и презентаций.



## **6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль успеваемости на занятиях и в форме тестовой работы в период рейтинг-контроля. Оценка итогов освоения учебного материала дисциплины производится в форме экзамена. Условием допуска к экзамену является регулярность посещения учебных занятий, обеспечивающая последовательное и целенаправленное освоение требований учебной программы дисциплины; положительные итоги результатов промежуточного контроля, а также отчет о выполнении лабораторных работ.

Критериями успешности освоения учебного материала студентом являются: регулярность посещения учебных занятий, а также экспертная оценка преподавателем степени освоения учебного материала при текущем опросе, по результатам тестов, по итогам самостоятельной работы в виде рефератов, докладов, научно – исследовательского материала для курсовых работ и ВКР. Преподаватель оставляет за собой право ежегодно изменять вопросы тестов. Вопросы составляются на основе материала аудиторных часов. Ниже прилагается перечень примерных вопросов к тестам и темы контрольных работ.

### **ТЕКУЩИЙ КОНТРОЛЬ УСПЕВАЕМОСТИ**

#### **Задания к рейтинг-контролю 1:**

1. На основании изученных нормативно-правовых актов и методов гигиенических исследований составить план Программы производственного контроля за соблюдением гигиенических требований для учреждения (организации, предприятия) осуществляющему физкультурно-спортивную деятельность (возможна специализация по видам спорта).

2. Подготовиться к контрольной работе по теме «Основные гигиенические показатели качества воздушной среды»:

- Физические свойства воздуха;
- Химический состав;
- Наличие или отсутствие различных механических примесей;
- Уровень бактериального загрязнения.

3. Подготовиться к контрольной работе по теме «Основные гигиенические требования к питьевой воде»:

- Физические, химические и радиологические свойства воды.
- Биологическая безопасность воды.
- Контроль качества.

### **Задания к рейтинг-контролю 2:**

В ранее разработанный план Программы производственного контроля за соблюдением гигиенических требований для учреждения (организации, предприятия) осуществляющему физкультурно-спортивную деятельность разработать мероприятия по контролю за:

- состоянием почвы спортивного участка;
- качеством микроклимата спортивных сооружений (относительная температура и влажность, скорость движения воздуха).
- уровнем освещения спортивных сооружений;
- качеством строительных материалов, используемые для ремонта зданий и помещений;
- состоянием и хранением спортивного инвентаря;
- качеством уборки помещений.

### **Задания к рейтинг-контролю 3**

1. На основании принципов комплексности, систематичности, постепенности и оптимальности дозирования процедур составить программу закаливания для школьников начального уровня образования.

2. Подготовиться к контрольной работе по теме:

«Основные гигиенические требования к пище спортсмена в тренировочный период»

«Медико-биологические средства восстановления спортивной работоспособности»

Контрольная работа проводится в виде тестирования. Примеры и методика оценивания тестов контрольной работы даны в Фонде оценочных средств для текущего контроля и промежуточной аттестации при изучении дисциплины.

## **ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ УСПЕВАЕМОСТИ - ЭКЗАМЕН**

Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины (экзамен) проводится в экзаменационную сессию. Экзамен проводится по билетам, содержащим 3 вопроса. Студент пишет ответы на вопросы и задания экзаменационного билета на листах белой бумаги А4, на каждом из которых должны быть указаны: фамилия, имя, отчество студента; шифр студенческой группы; дата проведения экзамена; номер экзаменационного билета. Листы ответов должны быть подписаны студентом и экзаменатором после получения студентом экзаменационного билета.

Максимальное количество баллов, которое студент может получить на экзамене, в соответствии с Положением составляет 40 баллов.



## **Перечень вопросов для подготовки к экзамену**

### **Гигиена физической культуры и спорта**

Биологические факторы внешней среды и профилактика инфекционных заболеваний. Источник инфекции. Механизм передачи инфекции. Восприимчивость и иммунитет. Мероприятия по предупреждению инфекционных заболеваний и борьбе с ними. СПИД — опасное инфекционное заболевание.

### **Гигиена воздуха и климат**

Температура, влажность, движение воздуха. Атмосферное давление. Электрическое состояние воздушной среды. Химический состав воздуха. Загрязнения воздуха и борьба с ними. Радиоактивность воздушной среды. Погода, климат, акклиматизация

### **Гигиена воды и почвы**

Гигиеническая характеристика питьевой воды. Гигиеническая характеристика источников водоснабжения, санитарное обследование водоисточников. Очистка и обеззараживание воды. Система водоснабжения. Гигиеническая характеристика почвы

### **Гигиенические основы спортивных сооружений**

Гигиенические требования к строительным материалам. Ориентация спортивных объектов. Гигиенические требования к освещению спортивных сооружений. Гигиенические требования к отоплению и вентиляции спортивных сооружений. Гигиенические требования к спортивному инвентарю, оборудованию и синтетическим напольным покрытиям. Гигиенические требования к физкультурно-оздоровительным сооружениям Гигиенические требования к открытым спортивным сооружениям. Гигиенические требования к крытым спортивным сооружениям. Вспомогательные помещения крытых спортивных сооружений. Профилактика шума в спортивных сооружениях.

### **Личная гигиена спортсмена**

Рациональный суточный режим. Уход за телом. Вредные привычки —разрушители здоровья: курение, алкогольные напитки, наркотики. Гигиена половой жизни спортсмена

### **Гигиена спортивной одежды и обуви**

Гигиенические требования к спортивной одежде, спортивной обуви. Перспективы улучшения гигиенических свойств спортивной одежды и обуви. Эксплуатация спортивной одежды и обуви и уход за ними.

### **Закаливание**

Гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем.

Закаливание в спортивной практике

### **Питание спортсменов**

Калорийность и качественный состав пищи. Основные продукты питания для спортсменов. Пищевой рацион спортсмена. Режим питания. Питание во время и после соревнований.



### **Гигиена физического воспитания детей и подростков**

Возрастные особенности детей и подростков. Основные гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу в школе. Гигиенические требования к классным помещениям и их оборудованию. Гигиенические требования к местам занятий физической культурой в школе. Гигиенические основы физического воспитания школьников. Суточный режим школьника. Особенности питания школьников.

### **Гигиена физической культуры в среднем и пожилом возрасте**

Гигиенические основы массовой физической культуры и спорта на производстве и по месту жительства. Производственная гимнастика. Восстановление после работы. Профилактика влияния неблагоприятных факторов труда. Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП). Физкультурно-оздоровительные занятия по месту жительства.

### **Система гигиенического обеспечения подготовки спортсменов**

Гигиенические принципы тренировочного процесса и соревнований. Оптимальные гигиенические факторы микросреды, условия быта и трудовой деятельности. Вспомогательные гигиенические средства, повышающие спортивную работоспособность и ускоряющие восстановление. Гигиеническое обеспечение при подготовке на учебно-тренировочных сборах. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в условиях высокой температуры. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в условиях низкой температуры. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в горных условиях. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в условиях временной адаптации. Особенности гигиенического обеспечения подготовки юных спортсменов.

### **Гигиеническое обеспечение подготовки в отдельных видах спорта:**

легкой атлетике, плавании, спортивных играх, гимнастике, спортивной борьбе, боксе, тяжелой атлетике, конькобежном спорте лыжном спорте.

#### **Максимальная сумма баллов, набираемая студентом по дисциплине**

«Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» в течение семестра равна **100.**

### **САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Самостоятельная работа студентов заключается в изучении и анализе специальной и научно-популярной литературы, интернет-ресурсов, освоении практических навыков и приемов работы в педагогической практике в школах, детских дошкольных учреждениях, спортивных секциях и других организациях физической культуры и спорта.

Контроль самостоятельной работы проводится на лабораторных занятиях. Изученный материал представляется в виде устного или письменного доклада. Содержательные устные

дополнения к ответам на занятиях оцениваются дифференцированно. Детальная проработка какой-либо темы может быть оформлена в виде реферата. Ниже приводится перечень вопросов и заданий, не вошедших в объем аудиторных часов или требующих более детальной проработки.

**Перечень вопросов для самостоятельной работы студентов при подготовке рефератов  
или устных докладов**

1. Вклад П.Ф. Лесгафта в развитие гигиены физического воспитания и спорта в России.
2. Определение гигиены физического воспитания и спорта как науки.
3. Эпидемиологическое значение почвы. Гигиенические требования к почве при планировании и строительстве спортивных сооружений
4. Основные гигиенические требования к открытым водоемам.
5. Основные гигиенические требования к искусственным бассейнам.
6. Особенности питания спортсменов, в том числе: на тренировочных сборах, во время соревнований, в восстановительном периоде.
7. Гигиеническое обеспечение занятий гимнастикой.
8. Гигиеническое обеспечение занятий легкой атлетикой.
9. Гигиеническое обеспечение занятий лыжами.
10. Гигиеническое обеспечение занятий спортивными играми.
11. Гигиеническое обеспечение занятий плаванием.
12. Гигиеническое обеспечение занятий борьбой, боксом, тяжелой атлетикой.
13. Основные педагогические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности.
14. Гигиенические требования к подготовке спортсменов в условиях пониженной температуры.
15. Гигиенические требования к подготовке спортсменов в условия жаркого климата.
16. Гигиенические требования к подготовке спортсменов в условиях горного климата.
17. Особенности гигиенической подготовки спортсменов в условиях переекклиматизации и временной адаптации.
18. Гигиеническое нормирование физических нагрузок для лиц зрелого и пожилого возраста.
19. Гигиеническое нормирование физических нагрузок для лиц зрелого и пожилого возраста.
20. Активный двигательный режим пожилых людей.
21. Методы изучения и оценки двигательной активности.
22. Основные педагогические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности.
23. Основные медико-биологические средства восстановления и повышения спортивной работоспособности.



## **7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Основная литература**

1. Гигиена с основами экологии человека: учебник / Под ред. Мельниченко П.И. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. - ISBN9785970426425  
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970426425.html>
2. Гигиена детей и подростков: учебник / Кучма В.Р. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. - ISBN9785970434987  
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970434987.html>
3. Общая гигиена. Руководство к лабораторным занятиям / Большаков А.М. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. ISBN9785970425220  
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970425220.html>
4. Основы здорового образа жизни детей дошкольного возраста: учеб.-метод. пособие / Г.К. Морозова. - 2-е изд., стер. - М.: ФЛИНТА, 2014 ISBN9785976519640  
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976519640.html>

### **Дополнительная литература**

1. Коваль В.И. Гигиена физического воспитания и спорта: учебник для вузов / В. И. Коваль, Т. А. Родионова. — Москва: Академия, 2010, ISBN 978-5-7695-6434-5.  
Библиотека ВлГУ
2. Лаптев А.П. Лекции по общей и спортивной гигиене: А. П. Лаптев, С. А. Полиевский, О. В. Григорьева. — Москва: Физическая культура, ISBN 5-9746-0055-X.  
Библиотека ВлГУ
3. Экогигиена физической культуры и спорта: рук. для спортивных врачей и тренеров / В.И. Дубровский, Ю.А. Рахманин, А.Н. Разумов. - М.: ВЛАДОС, 2008. - ISBN9785691017018  
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785691017018.html>
4. Здоровый образ жизни: учебное пособие /В.А. Пискунов, М.Р.Максиняева, Л.П. Тупицына и др. - М.: Прометей, ISBN9785704223559  
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785704223559.html>



5. Гигиена детей и подростков. Руководство к практическим занятиям: учебное пособие / Под ред. В.Р. Кучмы. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2012. - ISBN9785970422373  
<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970422373.html>

### Периодические издания

1. Теория и практика физической культуры, научно-практический журнал, 2014 – 2015.- ISBN 0040-3601 Читальный зал ИФКС, спортивный корпус 3, г.Владимир, ул. Университетская, д.1  
[http://elibrary.ru/publisher\\_titles.asp?publishid=1097](http://elibrary.ru/publisher_titles.asp?publishid=1097)
2. Научно-методический журнал «Физическое воспитание и детско-юношеский спорт», Юность России, 2014 - 2015.- ISBN2227-6181  
Читальный зал ИФКС, спортивный корпус 3, г.Владимир, ул. Университетская, д.1  
[http://elibrary.ru/publisher\\_titles.asp?publishid=1097](http://elibrary.ru/publisher_titles.asp?publishid=1097)
3. Вестник спортивной науки/-М: ФГБУ ФНЦ ВНИИФК, 2014 - 2015- ISBN1998-0833  
Читальный зал ИФКС, спортивный корпус 3, г.Владимир, ул. Университетская, д.1  
[http://elibrary.ru/publisher\\_titles.asp?publishid=1097](http://elibrary.ru/publisher_titles.asp?publishid=1097)
4. Ежеквартальный научно-методический журнал «Культура физическая и здоровье» /- В: Воронежский государственный педагогический университет, 2014 - 2015- ISBN1999-3455  
Читальный зал ИФКС, спортивный корпус 3, г.Владимир, ул. Университетская, д.1  
[http://elibrary.ru/publisher\\_titles.asp?publishid=1097](http://elibrary.ru/publisher_titles.asp?publishid=1097)
5. Научно-практическое и информационное издание «Спорт. Экономика. Право, Управление» /- М: Издательская группа "Юрист" 2014 - 2015. ISBN2070-2175  
Читальный зал ИФКС, спортивный корпус 3, г.Владимир, ул. Университетская, д.1  
[http://elibrary.ru/publisher\\_titles.asp?publishid=1097](http://elibrary.ru/publisher_titles.asp?publishid=1097)
6. Информационно-спортивный бюллетень «Спортивный Владимир»  
Читальный зал ИФКС, спортивный корпус 3, г.Владимир, ул. Университетская, д.1
7. Еженедельная газета научного сообщества РАН «ПОИСК»  
Читальный зал ИФКС, спортивный корпус 3, г.Владимир, ул. Университетская, д.1
8. Гигиена и санитария, научно-практический журнал / под. ред. Г.И. Румянцева. - М.: Медицина, 2011. – 2012, - 2015  
<http://www.studentlibrary.ru/book/0016-9900-2011-06.html>  
<http://www.studentlibrary.ru/book/0016-9900-2012-01.html>  
<http://www.studentlibrary.ru/book/0016-99005.html>

## Интернет-ресурсы

1. Научная библиотека ВлГУ, <http://library.vlsu.ru/>
2. Консультант студента (раздел научной библиотеки), <http://www.studentlibrary.ru/book/>
3. Расписание занятий, <http://www.vlsu.ru/index.php?id=165>
4. Положение о рейтинговой системе комплексной оценки знаний студентов,
5. [http://www.vlsu.ru/fileadmin/info/2015/Polozhenie\\_reyting1.doc](http://www.vlsu.ru/fileadmin/info/2015/Polozhenie_reyting1.doc) Информационно – вычислительный центр ВлГУ: обеспечение проведения лабораторных и практических занятий со студентами всего университета, курсового и дипломного проектирования, выхода в Интернет в компьютерных классах центра.

Адрес: г. Владимир, ул. Белоконской, дом № 5, корпус 2, ауд. 417-б, тел.: (4922) 47-98-80, 47-75-36

Издательство ВлГУ, <http://www.vlsu.ru/index.php?id=786>

## Нормативно-правовые акты (нормы, правила, требования, рекомендации)

<http://rospotrebnadzor.ru>

1. СанПиН 2.4.1201-03 «Гигиенические требования к устройству, содержанию, оборудованию и режиму работы специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации».
2. СП 2.1.2.3304-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству и содержанию объектов спорта".
3. Санитарные правила устройства, оборудования, содержания и режима специальных общеобразовательных школ-интернатов для детей, имеющих недостатки в физическом и умственном развитии, № 4076-86.
4. Гигиенические рекомендации «Организация учебных занятий в специальных общеобразовательных школах-интернатах для слепых и слабовидящих детей».
5. Государственный стандарт РФ ГОСТ Р 52024-2003 "Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования".
6. [СанПиН 2.4.1.3049-13](#) «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».
7. СанПиН 2.4.3.1186-03 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации учебно-производственного процесса в образовательных учреждениях начального профессионального образования".
8. [СанПиН 2.4.2.2821-10](#) "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях".
9. СанПиН 2.4.4.1251-03 "Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования".



10. СанПиН 2.1.2.1188-03 «Плавательные бассейны гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества».
11. СанПиН 2.1.2.1331-03 "Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды аквапарков».
12. СанПиН 2.4.4.3155-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы стационарных организаций отдыха и оздоровления детей".
13. СанПиН 2.4.4.3048-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству и организации работы детских лагерей палаточного типа".
14. Методические рекомендации «Врачебный контроль за нагрузкой учащихся на уроках физической культуры в общеобразовательных школах», № 11-14/30-7.
15. Медико-педагогический контроль за физическим воспитанием детей дошкольного возраста, № 08-14/12.
16. Методические рекомендации «Проведение физкультурных занятий на открытом воздухе с детьми 5-7 лет в дошкольных учреждениях», № 11-14/26-6.

## **8. МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**


В качестве материально-технического обеспечения дисциплины используются:


Лекционная аудитория 109 спортивного корпуса 3 по адресу г. Владимир, ул. Университетская, дом 1. Оборудование аудитории: экран, доска, мел, стационарный мультимедийный комплекс с выходом в «Интернет».

Кабинет биохимии и гигиены ( ауд.103) спортивного корпуса 3 по адресу г. Владимир, ул. Университетская, дом 1.- для проведения лабораторных работ с оборудованием: экран, доска, мел, плакаты, таблицы стандартов физического развития, 2 велоэргометра, ступеньки для тестов, ширмы, переносной мультимедийный комплекс, компьютер с выходом в «Интернет», психрометр, люксметры, гигрометр, барометр, сантиметровые ленты, калькуляторы, секундомеры, линейки, лабораторный комплекс для исследования питьевой воды, материал для самоподготовки: раздаточный материал с методическими сопровождением, полихроматические таблицы Рабкина.



Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», профиль «Адаптивное физическое воспитание».

Рабочую программу составил(а): старший преподаватель кафедры ТМБОФК ИФКС Голубева И.А. 

Рецензент(ы): главный специалист-эксперт Управления Роспотребнадзора по Владимирской области, доктор медицинских наук Буренков В.Н. 

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТМБОФК ИФКС протокол № 9/1 от 1.04 2015 года.

Зав.кафедрой Батоцыренова Т.Е. 

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направлений: 49.03.01, 49.03.02\_\_ протокол № 5/1 от 2.04.2015 года.

Зав.кафедрой Батоцыренова Т.Е. 