

Негосударственное частное образовательное учреждение
высшего образования
«Армавирский лингвистический социальный институт»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.О.22 Гигиена физического воспитания и спорта

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы: «Физическая культура»

Квалификация (степень) выпускника: **бакалавр**

Форма обучения: очная, заочная

Армавир, 2023

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования, утвержденным приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 № 121 по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и принята на заседании кафедры гуманитарных, педагогических дисциплин и физической культуры (протокол № 10 от 14 июня 2023 г.)

Заведующий кафедрой _____  Н.В.Семенова

Организация – разработчик: Негосударственное частное образовательное учреждение высшего образования «Армавирский лингвистический социальный институт»

Авторы: Бардышева Л.А.

Для поступивших в 2023 году

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения учебной дисциплины	4
2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП ВО	5
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине	5
4. Структура дисциплины и распределение ее трудоемкости	8
5. Содержание дисциплины	9
6. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине	21
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	36
8. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины	37
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины....	39

1. Цели и задачи освоения учебной 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.

Задачи:

– усвоение студентами основных разделов предмета, основных гигиенических требований, предъявляемых к спортивным зданиям и сооружениям;

– принципов рационального питания; особенностей питания спортсменов в различные периоды годичного тренировочного цикла; гигиенических основ личной гигиены спортсмена;

– основных принципов и форм закаливания; специфики гигиенического обеспечения подготовки спортсменов в отдельных видах спорта.

Цели и задачи дисциплины определены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование.

2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП ВО

Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы определяется учебным планом.

Дисциплина «Гигиена физического воспитания и спорта» в учебном плане относится к обязательной части Блока 1.

Для освоения дисциплины обучающиеся используют знания, умения и навыки, сформированные в общеобразовательной школе.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций обучающегося:

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ОПОП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
ПКО-3	<i>Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса</i>	ПКО-3.1 Знает: закономерности, принципы и уровни формирования и реализации содержания дошкольного образования; структуру, состав и дидактические единицы содержания образования дошкольников ПКО-3.2 Умеет: осуществлять отбор учебного содержания для реализации в различных формах обучения	Знать: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и

		<p>дошкольников в соответствии с дидактическими целями и возрастными особенностями учащихся</p> <p>ПКО-3.3 Владеет предметным содержанием образования дошкольников</p>	<p>общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания</p> <p>Уметь: использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей</p> <p>Владеть: методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной</p>
--	--	---	---

			организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона
ОПК-8	Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	<p>ОПК-8.1 Знает: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний;</p> <p>ОПК-8.2 Умеет: использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей</p> <p>ОПК-8.3 Владеет: методами, формами и</p>	<p>Знать: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний;</p> <p>историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний;</p> <p>теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания</p> <p>Уметь: использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей</p> <p>Владеть: методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки</p>

		<p>средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона</p>	<p>учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона</p>
--	--	--	---

4. Структура дисциплины и распределение ее трудоемкости

Семес тр	Трудоемкость		Контактная работа при проведении учебных занятий по дисциплинам				СРС		Форма промежуточной аттестации
	ЗЕ	часов	Лекции, часов	Практические занятия, часов	Лабораторные занятия, часов	Иные виды, часов	В период теоретического обучения, часов	В период сессии (контроль), часов	
<i>Очная форма обучения</i>									
4	3	108	18	36	-	-	54	-	Зачет
<i>Заочная форма обучения</i>									
4	3	108	4	8	-	-	92	4	Зачет

Примечания:

* 2 ч - итоговое занятие (коллективная контактная работа) по подведению итогов освоения дисциплины при проведении промежуточной аттестации в форме зачета или зачета с оценкой;

** 3 ч - контактная работа при проведении промежуточной аттестации в форме экзамена, из них:

2 ч - консультация перед экзаменом для потока учебных групп (коллективная контактная работа);

0,7 ч - организационные процедуры при проведении экзамена для учебной группы - инструктирование по порядку проведения экзамена, сообщения критериев и шкал оценивания, подведения итогов (коллективная контактная работа);

0,3 ч - устный ответ студента/ собеседование с преподавателем по итогам письменного экзамена или компьютерного тестирования (указывается нужное для соответствующей формы проведения экзамена).

5. Содержание дисциплины

5.1 Тематическое планирование дисциплины

5.1.1. Тематический план учебной дисциплины по очной форме обучения

№ п/п	Разделы курса, темы	Общая трудоемкость*, часов	Из них аудиторской контактной работы (для проведения учебных занятий лекционного и семинарского типа) часов	Контактная аудиторная работа по видам учебных занятий, отраженная в учебном плане часов			СРС**, часов	Текущий контроль	Коды компетенций
				лекции	практические	лабораторные			

1.	Предмет, задачи гигиены. Исторический очерк. Закономерности роста и развития человека	12	6	2	4	–	6		ОПК-8, ПКО-3
2.	Влияние атмосферных загрязнений на здоровье. Конституции человека и здоровье.	12	6	2	4	–	6		ОПК-8, ПКО-3
3.	Влияние климата на здоровье. Влияние климата на здоровье	10	4	2	2	–	6		ОПК-8, ПКО-3
4.	Гигиеническое значение воды. Двигательная активность и здоровье.	10	4	2	2	–	6		ОПК-8, ПКО-3
5.	Гигиена почвы населенных мест. Физическое воспитание и здоровье	12	6	2	4	–	6		ОПК-8, ПКО-3
6.	Кишечные инфекции. Реализация образовательных программ по предмету «физическая культура» для школьников	12	6	2	4		6		ОПК-8, ПКО-3
7.	Гигиена двигательной активности	12	6	2	4		6		ОПК-8, ПКО-3
8.	Гигиена физических нагрузок при занятиях физической культурой	12	6	2	4		6	Реферат	ОПК-8, ПКО-3
9.	Гигиена физвоспитания	12	6	2	4		6	Тест	ОПК-8, ПКО-3
	Итого:	108	54	18	36	-	54		

5.1.2. Тематический план учебной дисциплины по очно-заочной форме обучения

Не предусмотрено учебным планом.

5.1.3. Тематический план учебной дисциплины по заочной форме обучения

№ п/п	Разделы курса, темы	Общая трудоемкость*, часов	Из них аудиторской контактной работы (для проведения учебных занятий лекционного и семинарского типа) часов	Контактная аудиторная работа по видам учебных занятий, отраженная в учебном плане часов			СРС* *, часов	Текущий контроль	Коды компетенций
				лекции	практические	лабораторные			
1.	Предмет, задачи гигиены. Исторический очерк. Закономерности роста и развития человека	10	1		1	–	5		ОПК-8, ПКО-3
2.	Влияние атмосферных загрязнений на здоровье. Конституции человека и здоровье.	10	1		1	–	5		ОПК-8, ПКО-3
3.	Влияние климата на здоровье. Влияние климата на здоровье	10	1		1	–	5		ОПК-8, ПКО-3
4.	Гигиеническое значение воды. Двигательная активность и здоровье.	5	2	1	1	–	5		ОПК-8, ПКО-3
5.	Гигиена почв населенных мест. Физическое	5	2	1	1	–	5		ОПК-8, ПКО-3

	воспитание и здоровье								
6.	Кишечные инфекции. Реализация образовательных программ по предмету «физическая культура» для школьников	10	1		1		20		ОПК-8, ЛКО-3
7.	Гигиена двигательной активности	20	2	1	1		14		ОПК-8, ЛКО-3
8.	Гигиена физических нагрузок при занятиях физической культурой	19	1		1		17	Реферат	ОПК-8, ЛКО-3
9.	Гигиена физвоспитания	15	1	1			16	Тест	ОПК-8, ЛКО-3
	Контроль:	4	–	–	–	–			
	Итого:	108	12	4	8	-	92		

* указывается без учета времени, отведенного на проведение мероприятий промежуточной аттестации в виде групповой и индивидуальной контактной работы;

** указывается без учета времени, отведенного на подготовку к проведению мероприятий промежуточной аттестации в период экзаменационных сессий по очной форме обучения и учебно-экзаменационных сессий по заочной форме

5.2. Виды занятий и их содержание

5.2.1. Тематика и краткое содержание лекционных занятий

4 семестр

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 1

Тема: Предмет, задачи гигиены. Исторический очерк.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Определение гигиены как науки. Предмет гигиены.
- 2) Основные задачи, законы, методы гигиены.
- 3) Понятие о здоровье, виды здоровья. Группы здоровья.
- 4) Законодательные акты в физической культуре и спорта, охраны здоровья.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 2

Тема: Влияние атмосферных загрязнений на здоровье.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Химический состав атмосферного воздуха и его гигиеническое значение: кислород, озон, углекислый газ, азот.
- 2) Гигиеническая характеристика загрязнения атмосферного воздуха.
- 3) Влияние атмосферных загрязнений на здоровье населения и меры профилактики.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 3

Тема: Влияние климата на здоровье.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Метеореакция, понятие, типы, механизмы нарушений.
- 2) Погода, определение их гигиеническая характеристика, влияние на организм.
- 3) Акклиматизация, фазы, особенности.
- 4) Климат, определение понятия. Влияние климата на здоровье.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 4

Тема: Гигиеническое значение воды.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Вода и ее гигиеническое значение.
- 2) Химический состав и физические свойства воды.
- 3) Влияние химического состава на здоровье населения.

4) Эпидемиологическая оценка воды.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 5

Тема: Гигиена почвы населенных мест

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Состав и свойства почвы.
- 2) Геохимическое и токсикологическое значение почвы.
- 3) Эпидемиологическое значение почвы.
- 4) Самоочищение почвы.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 6

Тема: Кишечные инфекции

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Брюшной тиф, сальмонеллез, ботулизм, дизентерия, бруцеллез, холера: эпидемиология, клиника, лечение, уход и профилактика.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 7

Тема: Гигиена двигательной активности

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Понятие о двигательной активности.
- 2) Виды и характеристика.
- 3) Понятие о гипокинезии, особенности и профилактика.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 8

Тема: Гигиена физических нагрузок при занятиях физической культурой.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Гигиеническое нормирование двигательной активности школьников.
- 2) Формирование двигательной активности школьников.

3) Гигиенические возрастно-половые нормативы двигательной активности школьников.

4) Гигиеническое нормирование циклических нагрузок.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 9

Тема: Гигиена физвоспитания.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Гигиенические принципы организации занятий физическими упражнениями.

2) Гигиенические требования к структуре, содержанию, объему и интенсивности физических нагрузок в процессе физического воспитания.

5.2.2. Тематика и краткое содержание практических занятий

4 семестр

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1-2

Тема: Предмет, задачи гигиены. Исторический очерк. Закономерности роста и развития человека

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Возраст: понятие, виды, характеристика.

2) Возрастная периодизация.

3) Физическое развитие как показатель состояния здоровья ребенка.

4) Акселерация, ретардация, децелерация.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 3-4

Тема: Влияние атмосферных загрязнений на здоровье. Конституции человека и здоровье.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Конституции: определение.

2) Пропорции тела. Их характеристика.

3) Мужские конституции.

4) Женские конституции.

5) Детские конституции.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 5-6.

Тема: Влияние климата на здоровье. Влияние климата на здоровье.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Понятие о здоровье, виды.

2) Состояние здоровья школьников и основные тенденции его изменения.

3) Профилактика школьных патологий: заболеваний глаз, позвоночника.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 7-8.

Тема: Гигиеническое значение воды. Двигательная активность и здоровье.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Возрастные особенности двигательной активности.

2) Двигательные навыки и двигательные качества.

3) Характеристика состояний, возникающих при занятиях физической культурой.

4) Принципы физической тренировки. Показатели реакции организма на тренировочную нагрузку. Обеспечение охраны здоровья школьников на тренировках.

5) Гигиенические требования к спортивной обуви и одежде.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 9-10

Тема: Гигиена почвы населенных мест. Физическое воспитание и здоровье

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Двигательная активность, виды двигательной активности.

2) Биологические, социальные и гигиенические факторы, формирующие двигательную активность.

3) Гипокинезия: виды, характеристика, профилактика.

4) Принципы построения занятий физической активностью (разминка, активный период и период остывания).

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 11-12

Тема: Кишечные инфекции. Реализация образовательных программ по предмету «физическая культура» для школьников.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Задачи и формы физической культуры в школе.

2) Гигиенические принципы организации занятий физическими упражнениями.

3) Гигиеническая характеристика урока.

4) Утомление: понятие, виды, причины, симптомы, профилактика.

5) Оказание первой помощи при травмах.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 13-14

Тема: Гигиена двигательной активности.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Принципы рационального питания.

2) Белки, жиры, углеводы: значение, содержание в продуктах.

3) Гигиеническое значение витаминов.

4) Гигиеническое значение минеральных веществ.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 15-16

Тема: Гигиена физических нагрузок при занятиях физической культурой.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Энерготраты при занятиях физкультурой и спортом.
- 2) Общие гигиенические требования к режиму питания.
- 3) Режим питания при занятиях физкультурой.
- 4) Особенности питания спортсменов

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 17-18.

Тема: Гигиена физвоспитания.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Понятие о физической сущности закаливания.
- 2) Принципы закаливания.
- 3) Методы закаливания.
- 4) Закаливание воздухом, солнцем, водой
- 5) Обеспечение охраны здоровья при проведении закаливающих процедур.
- 6) Оказание первой помощи при солнечном ударе.

Тема: Источники загрязнения воздуха

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Физические свойства воздуха и их значение для организма.
- 2) Химический состав воздуха.
- 3) Гигиеническая характеристика основных источников загрязнения атмосферного воздуха. Состав выбросов в атмосферу по основным отраслям промышленности.
- 4) Солнечная радиация и ее гигиеническое значение.
- 5) Загрязнение и охрана атмосферного воздуха как социальная и экологогигиеническая проблема.
- 6) Метеореакция, понятие, типы, механизмы нарушений.
- 7) Погода, определение их гигиеническая характеристика, влияние на организм.
- 8) Акклиматизация, фазы, особенности.

- 9) Климат, определение понятия. Влияние климата на здоровье и работоспособность.

Тема: Эколого-гигиеническое значение воды

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Роль воды в жизни человека.
- 2) Химический состав воды.
- 3) Физические свойства воды.
- 4) Эпидемиологическое значение воды.
- 5) Источники водоснабжения.

Тема: Антропогенное загрязнение почвы.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Состав и свойства почвы.
- 2) Геохимическое и токсикологическое значение почвы.
- 3) Эндемические заболевания и их профилактика.
- 4) Химическое и радиоактивное загрязнение почвы.
- 5) Гигиеническое обоснование выбора почв для спортивных сооружений.

- 6) Характеристика и источники антропогенного загрязнения почвы.

5.2.3 Тематика и краткое содержание лабораторных занятий

Не предусмотрены учебным планом.

5.2.4 Примерная тематика курсовых работ*

Не предусмотрены учебным планом.

5.2.5 Самостоятельная работа и контроль успеваемости

В рамках указанного в учебном плане объёма самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности (*очная форма обучения*):

4 семестр

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость
Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	8

Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	8
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятия лекционного и семинарского типа	12
Подготовка к текущему контролю	14
Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	12
Подготовка к промежуточной аттестации	
ИТОГО СРО:	54

В рамках указанного в учебном плане объёма самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности (*заочная форма обучения*):

4 семестр

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость
Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	25
Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	26
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятия лекционного и семинарского типа	25
Подготовка к текущему контролю	25
Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	20
Подготовка к промежуточной аттестации	
ИТОГО СРО:	121

5.2.6 Образовательные технологии

Аудиторные занятия проводятся в форме лекционных и практических занятий с использованием компьютерных презентаций.

На практических занятиях могут использоваться проблемное обучение, технология деловой игры, кейс-метод как инструменты формирования компетенций.

6. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

6.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля

Текущий контроль знаний студентов осуществляется проводимыми по основным темам дисциплины следующими контрольными оценочными мероприятиями:

-реферат;

-тест

Примеры оценочных материалов для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине

4 семестр

Примерная тематика рефератов для оценки сформированности компетенции:

ПКО-3 Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

Примерные темы рефератов:

1. Развитие гигиены в России, роль отечественных ученых в развитии гигиены как науки.
2. История возникновения и развития гигиены физической культуры и спорта.
3. Формирование двигательной активности школьников.
4. Физическое развитие детей на современном этапе.
5. Социально-гигиенические аспекты состояния здоровья детей.
6. Режим дня школьника.
7. Гигиенические принципы планировки и эксплуатации летних оздоровительных учреждений для школьников.
8. Гигиенические требования по организации и проведению туризма и экскурсий.

9. Профилактика инфекционных и паразитарных болезней в школе.
10. Гигиена сексуальных отношений. Сексуальное воспитание в школе.
11. Значение гигиенического воспитания в формировании здорового образа жизни детей.
12. Основы личной гигиены студента.
13. Гигиена почвы.
14. Гигиена жилых зданий.
15. Гигиенические основы массовой физической культуры. Производственная и вводная гимнастика, физкультурные паузы и физкультминутки, восстановительная гимнастика.
16. Гигиенические требования к планированию и организации тренировок.
17. Гигиенические основы проектирования и строительства спортивных сооружений.
18. Гигиенические требования к физкультурно-оздоровительным сооружениям по месту жительства населения.
19. Гигиенические требования к открытым спортивным сооружениям.
20. Гигиенические требования к строительным и отделочным материалам, применяемым в спортивных сооружениях.
21. Вспомогательные гигиенические средства восстановления в спорте.
22. Биологические ритмы, их значение для нормальной жизнедеятельности организма.
23. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в условиях временной адаптации.
24. Витамины и минеральные вещества, их физиологическая роль и гигиеническое значение.
25. Продукты повышенной биологической ценности и специальные питательные смеси в питании спортсменов.
26. Особенности питания в различных видах спорта.

27. Питание спортсменов на дистанции. Питьевой режим спортсмена.

28. Гигиена лиц среднего и пожилого возраста, занимающихся физической культурой и спортом.

29. Особенности гигиенического обеспечения подготовки юных спортсменов.

30. Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в отдельных видах спорта (гимнастика, легкая атлетика, лыжный спорт, спортивные игры, плавание, единоборства, атлетическая гимнастика).

Рекомендации по подготовке рефератов

Требования к оформлению:

Объем реферата не должен превышать 10 с. формата А 4.

Размер шрифта – 14; межстрочный интервал – 1; поля: верхнее – 2, нижнее – 2,5, левое – 3, правое – 1 см. Структура реферата: введение, содержание

(не должно содержать более трех разделов), заключение, список использованной литературы.

4 семестр

Примерный тест для оценки сформированности компетенции:

ПКО-3 Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

1. Внешние признаки небольшой степени утомления

- 1) движения не нарушены;
- 2) жалобы на головную боль, колющие боли в области сердца;
- 3) жалобы отсутствуют;
- 4) незначительное покраснение кожных покровов;
- 5) учащенное дыхание.

2. Внешние признаки переутомления

- 1) движения не нарушены;
- 2) жалобы на резкую усталость, боль в ногах, головокружение, жжение в груди, тошноту;
- 3) покачивание, нарушение координации движений;
- 4) резкое покраснение или побледнение кожных покровов (может быть синюшность);
- 5) учащенное, поверхностное, беспорядочное дыхание (вплоть до одышки).

3. Врачебно-педагогическое наблюдение в процессе занятий физической культурой позволяет оценить

- 1) качество приспособительных реакций организма;
- 2) оздоровительный эффект занятий;
- 3) правильность построения занятия;
- 4) психо-эмоциональное состояние учащихся.

4. Гигиенически эффективным для школьников основной медицинской группы является урок физкультуры, характеризующийся следующими показателями

- 1) моторная плотность – 50%, прирост пульса – 100%, восстановление его на 6-й минуте после занятия;
- 2) моторная плотность – 60%, максимальный прирост пульса – 50%, восстановление его к концу урока;
- 3) моторная плотность – 80%, максимальный прирост пульса – 100%, восстановление его на 3-й минуте после урока;
- 4) моторная плотность – 80%, прирост пульса – 110%, восстановление его на 7-й минуте после занятия.

5. Гиперкинезия у детей и подростков может вызывать

- 1) задержку физического развития (замедление или преждевременное прекращение роста тела в длину);
- 2) истощение симпатико-адреналовой системы;
- 3) нарушения обмена веществ (дефицит белка);

4) нарушения обмена веществ (избыток белка);

5) снижение иммунореактивности.

6. Гиперкинезия – это

1) дефицит двигательной активности;

2) избыток двигательной активности;

3) способность ребенка к выполнению разнообразных двигательных актов.

7. Гипокинезия у детей и подростков может вызывать

1) дисгармоничность физического развития за счет дефицита массы тела;

2) дисгармоничность физического развития за счет избытка массы тела;

3) появление астено-невротических расстройств;

4) снижение иммунореактивности;

5) снижение функциональных показателей мышечной и дыхательной системы.

8. Гипокинезия – это

1) дефицит двигательной активности;

2) избыток двигательной активности;

3) способность ребенка к выполнению разнообразных двигательных актов.

9. Двигательная активность – это

1) естественная биологическая потребность ребенка в движении;

2) отношение времени, затраченного на движения, к общему времени физкультурного занятия;

3) способность ребенка к выполнению разнообразных двигательных актов;

4) суммарная величина разнообразных движений за определенный промежуток времени.

10. Дефицит белка, истощение симпатико-адреналовой системы и ускорение процесса окостенения являются проявлением

1) гиперкинезии;

2) гипокинезии;

3) кинезофилии.

11. Дефицит двигательной активности обозначается термином

- 1) гиперкинезия;
- 2) гипокинезия;
- 3) двигательная активность;
- 4) кинезофилия;
- 5) оптимальный уровень двигательной активности.

12. Для контроля за соответствием предлагаемой физической нагрузки анатомо-физиологическим особенностям детского организма используют

- 1) артериальное давление;
- 2) килокалории;
- 3) пульс;
- 4) уровень сахара крови;
- 5) частоту дыхания.

13. Для построения физиологической кривой урока физического воспитания необходимо измерение пульса:

- 1) в конце каждой структурной части занятия;
- 2) в середине основной части;
- 3) в течение восстановительного периода;
- 4) непрерывно;
- 5) перед началом занятия.

14. Естественная биологическая потребность детей в движении обозначается термином

- 1) гиперкинезия;
- 2) гипокинезия;
- 3) двигательная активность;
- 4) кинезофилия;
- 5) оптимальный уровень двигательной активности.

15. Зависимость между величиной двигательной активности и состоянием здоровья ребенка

- 1) обратная;
- 2) отсутствует;

- 3) параболическая;
- 4) прямая.

16. Задачи основной части урока физкультуры

- 1) обучение основным двигательным навыкам и их закрепление;
- 2) подготовка к предстоящей повышенной физической нагрузке;
- 3) развитие физических качеств;
- 4) совершенствование физиологических функций организма;
- 5) тренировка различных мышечных групп.

17. Занятия с учащимися подготовительной группы физического воспитания организуются

- 1) вместе с основной группой, по той же программе, но без сдачи нормативов;
- 2) вместе с основной группой, по той же программе, но со снижением нагрузки и без сдачи нормативов;
- 3) вместе с основной, но по своей программе;
- 4) вне сетки расписания, по своей программе.

18. Занятия с учащимися специальной группы физического воспитания организуются

- 1) вместе с основной группой, по той же программе, но без сдачи нормативов;
- 2) вместе с основной группой, по той же программе, но со снижением нагрузки и без сдачи нормативов;
- 3) вместе с основной, но по своей программе;
- 4) вне сетки расписания, по своей программе.

19. Кинезофилия – это

- 1) естественная биологическая потребность ребенка в движении;
- 2) отношение времени, затраченного на движения, к общему времени физкультурного занятия;
- 3) способность ребенка к выполнению разнообразных двигательных актов;

4) суммарная величина разнообразных движений за определенный промежуток времени.

20. Медицинский контроль за физическим воспитанием осуществляет

- 1) администрация школы;
- 2) классный руководитель;
- 3) представитель родительского комитета;
- 4) учитель физкультуры;
- 5) школьный врач.

21. Моторная плотность гигиенически эффективного урока физкультуры для школьников основной группы составляет

- 1) не более 50%;
- 2) не более 70%;
- 3) не менее 50%;
- 4) не менее 70%.

22. Моторная плотность занятия – это

- 1) максимальное учащение пульса во время занятия, выраженное в процентах, по отношению к исходному;
- 2) отношение времени восстановления пульса по окончании занятия ко всему времени занятия, выраженное в процентах;
- 3) отношение времени, занятого движениями, к общему времени занятия, выраженное в процентах;
- 4) отношение времени, занятого развивающими упражнениями, к общему времени занятия, выраженное в процентах;
- 5) отношение времени, занятого учебной работой, к общему времени занятия, выраженное в процентах.

23. Небольшая степень утомления является

- 1) нефизиологической реакцией организма на нагрузку;
- 2) обязательной реакцией организма на тренирующую физическую нагрузку;
- 3) признаком чрезмерной нагрузки.

24. Нормальной реакцией сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку является

- 1) восстановление пульса и давления до исходных величин за 3-5 минут;
- 2) повышение систолического давления;
- 3) понижение систолического давления;
- 4) урежение пульса;
- 5) учащение пульса.

25. Общая плотность занятия – это

- 1) максимальное учащение пульса во время занятия, выраженное в процентах, по отношению к исходному;
- 2) отношение времени восстановления пульса по окончании занятия ко всему времени занятия, выраженное в процентах;
- 3) отношение времени, занятого движениями, к общему времени занятия, выраженное в процентах;
- 4) отношение времени, занятого развивающими упражнениями, к общему времени занятия, выраженное в процентах;
- 5) отношение времени, занятого учебной работой, к общему времени занятия, выраженное в процентах.

26. Обязательными формами физического воспитания в образовательных учреждениях являются

- 1) гимнастика до учебных занятий;
- 2) занятия в спортивных секциях;
- 3) уроки физической культуры;
- 4) участие в спортивных соревнованиях;
- 5) физкультурные минуты во время уроков.

27. Основные задачи заключительной части урока физкультуры

- 1) активизация внимания учащихся;
- 2) обеспечение постепенного перехода от повышенной мышечной деятельности к умеренной;

- 3) обучение основным двигательным навыкам и их закрепление;
- 4) снятие двигательного возбуждения.

28. Основные задачи подготовительной части урока физкультуры

- 1) активизация внимания учащихся;
- 2) восстановление дыхания;
- 3) постепенная подготовка организма к предстоящей повышенной физической нагрузке;
- 4) развитие физических качеств, тренировка различных мышечных групп;
- 5) создание у учащихся положительного эмоционального настроения.

29. Перевод учащегося из специальной медицинской группы в подготовительную осуществляется на основании

- 1) желания ребенка или его родителей;
- 2) результатов выполнения нормативов физической подготовленности;
- 3) результатов функциональных проб;
- 4) течения основного заболевания;
- 5) успеваемости по физической культуре.

30. Полное освобождение от занятий физкультурой

- 1) может быть постоянным;
- 2) может быть только временным;
- 3) может выдаваться по желанию учащегося или его родителей.

6.2 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

4 семестр

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета. Средствами оценки для реализации промежуточной аттестации являются задания, выполняемые обучающимися в семестре, а также материалы для текущего контроля.

6.3 Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций

6.3.1 Текущая аттестация

Тема: Гигиена физических нагрузок при занятиях физической культурой

Шкала оценки реферата на примере освоения компетенций

ПКО-3 Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

Оценки	Характеристика сформированности компетенций
<p>5 «отлично»</p>	<p>Знает историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания</p> <p>Умеет использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей</p> <p>Владет методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона</p>
<p>4 «хорошо»</p>	<p>Знает историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания</p> <p>Умеет не в полной мере использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей</p>

	<p>Владеет методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона</p>
<p>3 «удовлетворительно»</p>	<p>Знает историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания</p> <p>Умеет не в полной мере использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей</p> <p>Владеет не в полной мере методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона</p>
<p>2 «неудовлетворительно»</p>	<p>Не знает историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания</p> <p>Не умеет использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей</p> <p>Не владеет методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.;</p>

	действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона
--	--

Тема: Гигиена физвоспитания

Шкала оценки теста на примере освоения компетенций

ПКО-3 Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

Оценки	Характеристика сформированности компетенций
5 «отлично»	<p>Знает историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания</p> <p>Умеет использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей</p> <p>Владет методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона</p>
4 «хорошо»	<p>Знает историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания</p>

	<p>нравственного воспитания</p> <p>Умеет не в полной мере использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей</p> <p>Владеет методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона</p>
3 «удовлетворительно»	<p>Знает историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания</p> <p>Умеет не в полной мере использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей</p> <p>Владеет не в полной мере методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона</p>
2 «неудовлетворительно»	<p>Не знает историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания</p> <p>Не умеет использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном</p>

	<p>образовании детей</p> <p>Не владеет методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона</p>
--	---

6.3.2 Промежуточная аттестация

6.3.2.2 Промежуточная аттестация (зачет)

4 семестр

Оценки	Характеристика сформированности компетенций
Зачтено	<p>Знает историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания</p> <p>Умеет использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей</p> <p>Владеет методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона</p>
Не зачтено	<p>Не знает историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания</p>

	<p>Не умеет использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей</p> <p>Не владеет методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона</p>
--	---

6.3.2.3 Промежуточная аттестация (экзамен)

Не предусмотрено учебным планом

7.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература

Орехова, И. Л. Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Д.В. Натарова. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 201 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-108402-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1077323>

Кожухова, Н. Н. Методика физического воспитания и развития ребенка : учебное пособие / Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова ; под ред. С.А. Козловой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 312 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/19446. - ISBN 978-5-16-011377-7. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1015033>

Дополнительная литература

Семенова, Т. А. Оздоровительные технологии физического воспитания и развития ребенка дошкольного возраста в образовательных организациях : учебник / Т.А. Семенова. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 448 с. + Доп.

материалы [Электронный ресурс]. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/19871. - ISBN 978-5-16-011849-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1920329>

8. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины

8.1 Общесистемные требования

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
	Электронно-библиотечная система Znanium — это информационно-образовательная среда для колледжей, вузов и библиотек.	

Электронная информационно-образовательная среда НЧОУ ВО АЛСИ

8.2 Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине используются специальные помещения, которые представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и

обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду НЧОУ ВО АЛСИ.

Современные профессиональные базы данных

- 1) Федеральный портал «Российское образование»/
<http://www.edu.ru>
- 2) Национальная Электронная Библиотека (нэб.рф) <http://xn--90ax2c.xn--p1ai/>
- 3) Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) - <http://school-collection.edu.ru>
- 4) Базы данных издательства Springer <https://link.springer.com/>
- 5) Базы данных ScienceDirect (книги и журналы) издательства Elsevier [https:// www.sciencedirect.com/](https://www.sciencedirect.com/)
- 6) Базы данных Scopus издательства Elsevier [https://www.scopus.com/search/ form.uri?display=basic](https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic)

Информационные справочные системы

- 1) Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>.
- 2) Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) - <http://eor.edu.ru/>
- 3) Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) - <http://school-collection.edu.ru>.
- 4) Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») - <http://window.edu.ru>.
- 5) Российская государственная библиотека. <http://www.rsl.ru>
- 6) Государственная публичная историческая библиотека. <http://www.shpl.ru>
- 7) Национальная Электронная Библиотека (нэб.рф)

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

В процессе изучения учебной дисциплины следует:

1. Ознакомиться с рабочей программой дисциплины. Рабочая программа дисциплины содержит перечень разделов и тем, которые необходимо изучить, планы лекционных и семинарских занятий, вопросы к текущей и промежуточной аттестации, перечень основной, дополнительной литературы и ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», определиться с темой курсовой работы (при наличии).
2. Ознакомиться с планом самостоятельной работы обучающихся.
3. Посещать теоретические (лекционные) и практические занятия.
4. При подготовке к практическим занятиям, а также при выполнении самостоятельной работы следует использовать методические указания для обучающихся.