**Учебная дисциплина «Гигиена»**

|  |  |
| --- | --- |
| Место дисциплины в структурной схеме образовательной программы | Образовательная программа бакалавриата (I ступень высшего образования)*Специальность* 1-88 02 01 Спортивно-педагогическая деятельность (по направлениям); направление специальности 1-88 02 01-01 Спортивно-педагогическая деятельностьСпециальность 6-05-1012-02 Тренерская деятельность (с указанием вида спорта)Государственный компонент. Медико-биологический модуль-1 |
| **Краткое содержание** | Гигиена – область медицины, изучающая влияние условий жизни и труда на здоровье человека и разрабатывающая мероприятия по профилактике заболеваний, обеспечению оптимальных условий существования, сохранению и продлению жизни.Цель дисциплины – сформировать у студентов знания по укреплению здоровья населения факторами окружающей среды, ускорению процессов восстановления работоспособности и повышению спортивной работоспособности.Знания и умения, полученные при изучении учебной дисциплины «Гигиена», способствуют качественному изучению студентами учебных дисциплин направлений специальности в сфере физической культуры, спорта и туризма. |
| **Формируемые компетенции, результаты обучения** | Базовые профессиональные компетенции: ***знать:*** цель и задачи общей гигиены и гигиены физической культуры и спорта;основные положения гигиены в профилактике заболеваний населения;влияние гигиенических факторов внешней среды на здоровье иработоспособность занимающихся физической культурой, спортом и туризмом;основные положения рационального сбалансированного питания;гигиенические требования к спортивным сооружениям; ***уметь:*** определять и оценивать гигиенические показатели факторов внешней среды;оценивать рациональность и сбалансированность питания;использовать знания по гигиене для укрепления здоровья населения иоптимизации условий проведения занятий по физической культуре, спорту и туризму; ***владеть:*** основными методами оценки состояния внешней среды;навыками составления планов гигиенического обеспечения занятийфизическими упражнениями и спортом для лиц различных социальных и возрастных групп;методикой расчета суточного расхода энергии, методикой составления суточного пищевого рациона и его оценки;основами закаливания и гигиеническими средствами восстановленияработоспособности. |
| **Пререквизиты** | Анатомия. |
| **Трудоемкость** | 3 зачетные единицы, 118 академических часов, из них 50 аудиторных: 22 ч лекций, 22 ч практических занятий и 6 ч семинарских занятий. |
| **Семестр(ы), требования и формы текущей и промежуточной аттестации** | 3-й семестр, экзамен, экзамен, контроль аудиторных занятий (контрольная работа, тест, коллоквиум) |