

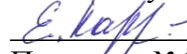
Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Еремина Юлия Сергеевна
Должность: И.о. директора
Дата подписания: 21.06.2025 17:50:09
Уникальный программный ключ:
10fd1e68a2d857e538a5c1a0b6a11804165a8

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
Филиал государственного бюджетного образовательного учреждения высшего
образования
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»
в г. Буденновске

Кафедра начального образования и гуманитарных дисциплин

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующий кафедрой

 Е. А. Карагодина

Протокол №10

от 06.05.2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**ОПЦ.10 Гигиенические основы физической культуры и
спорта**

(наименование учебной дисциплины)

Уровень основной образовательной программы

Шифр и наименование специальности

49.02.01 Физическая культура

Профиль получаемого профессионального образования при реализации программы
среднего общего образования: общепрофессиональный цикл

Форма обучения очная

Срок освоения 3 года 10 месяцев

Кафедра начального образования и гуманитарных дисциплин

Год начала подготовки 2025

Буденновск, 2025 г.

Программу составил: Е.В

Клешнина

Рабочая программа предназначена для преподавательского состава, обучающихся и служит основой организации преподавания дисциплины «Гигиенические основы физической культуры и спорта» для очной формы обучения по специальности 49.02.01 Физическая культура в 6 семестре.

Рабочая программа разработана в соответствии с:

Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.11.2022 г. № 968 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура».

Рабочая программа дисциплины составлена на основании учебного плана: 49.02.01 Физическая культура, утвержденного Советом филиала от 17.04.2025 г., протокол № 6.

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры начального образования и гуманитарных дисциплин, протокол № 10 от 06 мая 2025 г. для исполнения в 2025-2026 учебном году

И. о. заведующего кафедрой  Е.А. Карагодина

Рабочая программа дисциплины согласована с заведующим библиотекой.

Зав. библиотекой  Ю. И. Стебловская

Срок действия рабочей программы дисциплины: 2025-2026 учебный год

Оглавление

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
2. ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	4
4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	4
5. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ	6
6. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО РАЗДЕЛАМ (ТЕМАМ) И ВИДАМ ЗАНЯТИЙ	7
7. КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	16
8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	18
9. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	18
10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)....	20
ПРИЛОЖЕНИЕ 1.....	Ошибка! Закладка не определена.
МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	Ошибка! Закладка не определена.
ПРИЛОЖЕНИЕ 2	Ошибка! Закладка не определена.
ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	Ошибка! Закладка не определена.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
- является формирование у студентов систематизированных знаний в области гигиены физического воспитания и спорта.	
2. ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
-формирование знаний в области гигиены физического воспитания и спорта; -формирование умений по организации и проведению занятий массовой физической культурой в разные возрастные периоды в отдельных видах спорта; -активизация познавательной деятельности студентов.	
3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ООП:	ОП. ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА СОО. Среднее общее образование ОУП. Обязательные учебные предметы ОПЦ.10
3.2. Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
Анатомия и физиология человека	
Основы биомеханики	
Возрастная анатомия, физиология и гигиена	
4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	
Код и наименование компетенции	
ОК.07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях ОК.08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности. ОК.09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках ПК 1.2. Организовывать и проводить мероприятия в сфере молодежной политики, включая досуг и отдых детей, подростков и молодежи, в том числе в специализированных (профильных) лагерях ПК 1.3. Организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия. ПК 1.5. Организовывать спортивно-массовые соревнования и мероприятия по тестированию населения по нормам Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса. ПК 1.6. Проводить работу по предотвращению применения допинга. ПК 2.1. Разрабатывать методическое обеспечение для организации и проведения занятий по физической культуре и спорту, физкультурно-спортивной работы. ПК 2.4. Осуществлять исследовательскую и проектную деятельность в области физической культуры и спорта. ПК 3.1. Определять цели и задачи, планировать учебные занятия по физической культуре. ПК 3.2. Проводить учебные занятия по физической культуре. ПК 3.3. Осуществлять контроль, оценивать и анализировать процесс и результаты педагогической деятельности и обучения по предмету "Физическая культура". ПК 3.4. Вести документацию, обеспечивающую процесс физического воспитания обучающихся школьного возраста. ПК 3.5. Организовывать и осуществлять внеурочную деятельность в области физической культуры.	

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

знать:	уметь:	владеть:
-основы гигиены детей и подростков; -нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; -понятие медицинской группы; -гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой; -вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности -основы профилактики инфекционных заболеваний; -особенности режима жизни инвалидов различных категорий, понятие охранительного режима; -основы гигиены питания детей, подростков и молодежи, системы питания при различных поражениях; -гигиенические требования к спортивным сооружениям оборудованию мест учебных занятий для инвалидов; -гигиеническую характеристик у основных форм занятий физической культурой и адаптивной физической культурой детей, подростков и молодежи; -основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом; -гигиенические основы закаливания;	-использовать знания гигиены в профессиональной деятельности, в том числе; в процессе гигиенического просвещения обучающихся, педагогов, родителей (лиц, их заменяющих); -составлять режим суточной активности с учетом возраста их характера физических нагрузок; -определять суточный расход энергии, составлять меню; -применять знания по гигиене при изучении профессиональных модулей; -обеспечивать соблюдение гигиенических требований в здании помещениях школы, при занятиях физическими упражнениями организации учебно-воспитательного процесса.	- основы гигиены различных возрастных групп занимающихся; -гигиенические нормы, требования и правила сохранения и укрепления здоровья на различных этапах онтогенеза; -понятие медицинской группы; -гигиеническое значение биологических факторов внешней среды при занятиях физической культурой; -вспомогательные гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности; -основы профилактики инфекционных заболеваний; -основы гигиены питания различных возрастных групп занимающихся; -гигиену физической культуры при проведении занятий на производстве и по месту жительства; -гигиенические требования к спортивным сооружениям и оборудованию мест учебно-тренировочных занятий; -гигиеническую характеристику основных форм занятий физической культурой и спортом различных

-гигиенические требования к учебно-воспитательному процессу, зданию и помещениям школы; -физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения нарко- и токсикомании		возрастных групп занимающихся; -основы личной гигиены при занятиях физическими упражнениями, спортом; -гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов; -гигиенические основы закаливания; -физиолого-гигиенические и социальные аспекты курения, нарко- и токсикомании; -понятие о двигательной активности человека, её нормирование и поддержание оптимального уровня у различных возрастных групп населения.
5. ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ		
Общая трудоемкость дисциплины составляет 72 часа, включая промежуточную аттестацию; в том числе: обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося – 56 часов промежуточная аттестация (экзамен) – 12 часов		

Семестр (курс, семестр в курсе)		6 (1.6)	
Неделя			
Вид занятий	Объем часов		Из них в виде практической подготовки
	Всего		
Максимальная учебная нагрузка	72	72	
Обязательная аудиторная учебная нагрузка	56	56	
Лекции	24	24	
<i>Из них в виде практической подготовки</i>	16	16	
Практические занятия	32	32	

<i>Из них в виде практической подготовки</i>	32	32	
Лабораторные работы			
Самостоятельная работа	4	4	
Промежуточная аттестация	12	12	
<i>Формы промежуточной аттестации: 6 семестр – экзамен</i>			

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии)	Объем часов	Формируемые компетенции
1	2	3	4
Основное содержание			
Семестр 6			
1 Гигиена как основа профилактики заболеваний и здорового образа жизни	Содержание учебного материала:		ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5. ПК 1.6. ПК 2.1. ПК 2.4. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.4. ПК. 3.5
	Краткие исторические данные о возникновении развитии гигиены. Понятие о гигиене. Ее роль в оздоровлении населения. Основы общей гигиены. Предмет, задачи и методы гигиены. Роль Отечественных ученых в развитии гигиены как науки и гигиены спорта (А.П. Доброславин, Ф.Ф. Эрисман, Г.В. Хлопин, Е.Ц. Андреева-Галанина, А.Н. Сысин, А.А. Минхидр.). Гигиена как отрасль медицинской науки. Методы изучения внешней среды и ее влияние на здоровье населения. Оценка влияния внешних факторов на здоровье и работоспособность. Современные научные представления о здоровье. Состояние здоровья школьников и школьников и Основные тенденции его изменения. Физическое воспитание и здоровье. Основы гигиены. Предупредительный санитарный надзор. Текущий Санитарный надзор(Т.С.Н.). Гигиена труда (производственная гигиена). Гигиена умственного труда. Космическая гигиена. Радиационная гигиена. Гигиена детей и подростков. Социальная гигиена и организация здравоохранения. Гигиена физического воспитания и спорта.		
	Лекции	2	
	В том числе в виде практической подготовки	2	
	Практические занятия	4	
	В том числе в виде практической подготовки	4	
	Самостоятельная работа Изучение литературы по теме	2	
2.Личная гигиена,			

гигиена одежды и обуви	Содержание учебного материала		
	Цель двигательной подготовки. Ситуация двигательной подготовки. Модель. Цель отдельного тренировочного занятия. Понятие об управлении. Управление системой. Программа тренировочного		

физкультурника и спортсмена	процесса. Тренировочные воздействия. Тренирующие воздействия. Состав системы. Структура системы. Подсистема. Элементы под системы. Управление Процессом подготовки спортсмена		
	Лекции	2	

	В том числе в виде практической подготовки	2	ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5. ПК 1.6. ПК 2.1. ПК 2.4. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.4. ПК. 3.5
	Практические занятия	4	
	В том числе в виде практической подготовки	4	
	Самостоятельная работа Изучение литературы по теме	2	
3. Гигиена закаливания	Содержание учебного материала.		
	Физиология закаливания. Закаливание в практике физического воспитания и спорта. Закаливание воздухом, солнцем и водой. Искусственные источники ультрафиолетового излучения в практике закаливания. Гигиенические требования к местам закаливания. Гигиеническая оценка эффективности закаливания		
	Лекции	2	
	В том числе в виде практической подготовки	2	
	Практические занятия	4	
	В том числе в виде практической подготовки	4	
	Самостоятельная работа.		
4. Гигиенические Требования к местам занятий физкультурно- спортивной деятельностью	Содержание учебного материала.		
	Гигиенические принципы организации занятий физическими упражнениями. Гигиенические требования к структуре, содержанию, объему интенсивности физических нагрузок в процессе физического воспитания и тренировочных нагрузок. Гигиеническое нормирование тренировочных занятий.		
	Лекции	2	
	В том числе в виде практической подготовки	2	
	Практические занятия	4	
	В том числе в виде практической подготовки	4	
	Самостоятельная работа.		
5. Рациональное питание	Содержание учебного материала		

	Понятие о достаточном и сбалансированном питании. Режим питания. Белки, жиры, углеводы ,витамины, минеральные вещества. Их физиологическая роль и гигиеническое значение. Общие гигиенические принципы построения питания. Гигиенические нормы питания спортсменов с учетом пола, возраста и характера профессиональной деятельности. Общие гигиенические принципы построения питания спортсменов. Гигиенические нормы питания спортсменов с учетом пола и возраста. Особенности питания спортсменов в различных видах спорта. Питание спортсменов во время соревнований. Питание спортсменов в		ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5. ПК 1.6. ПК 2.1. ПК 2.4. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.4. ПК. 3.5
--	---	--	--

	восстановительном периоде. Питание спортсменов в различных климатогеографических зонах.		ПК 1.2. ПК 1.3. ПК 1.5. ПК 1.6. ПК 2.1. ПК 2.4. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.4. ПК 3.5
	Лекции	4	
	В том числе в виде практической подготовки	2	
	Практические занятия	4	
	В том числе в виде практической подготовки	4	
	Самостоятельная работа		
6. Гигиенические средства восстановления и повышения работоспособности	Содержание учебного материала.		
	Педагогические средства восстановления. Медико- биологические средства восстановления. Психологические средства восстановления. Аутогенная психомышечная тренировка.		
	Лекции	4	
	В том числе в виде практической подготовки	2	
	Практические занятия	4	
	В том числе в виде практической подготовки	4	
	Самостоятельная работа		
7. Особенности гигиенического обеспечения физкультурно- спортивной деятельности лиц разного возраста и пола	Содержание учебного материала.		
	Гигиеническое нормирование физических нагрузок при занятиях физической культурой. Основные особенности Возрастного развития физических качеств школьников. Половые различия физиологической адаптации школьников к физическим нагрузкам. Гигиенические возрастно - половые нормативы двигательной активности школьников. Гигиенические нормирование циклических нагрузок. Гигиеническое нормирование физических нагрузок для лиц зрелого и пожилого возраста		
	Лекции	4	
	В том числе в виде практической подготовки	2	
	Практические занятия.	4	
	В том числе в виде практической подготовки	4	
	Самостоятельная работа		
8. Особенности	Содержание учебного материала.		ПК 1.2.

гигиенического обеспечения занятий различными видами физкультурно-спортивной деятельности	Гигиенические требования к спортивному оборудованию, инвентарю и экипировке спортсменов в легкой атлетике. Гигиенические требования к спортивному оборудованию, инвентарю и экипировке спортсменов в плавании. Гигиенические требования к спортивному оборудованию, инвентарю и экипировке спортсменов в спортивных играх. Гигиенические требования к спортивному оборудованию, инвентарю и экипировке спортсменов в гимнастике. Гигиенические требования к спортивному оборудованию, инвентарю и экипировке спортсменов в борьбе. Гигиенические требования к спортивному оборудованию, инвентарю и экипировке спортсменов в боксе. Гигиенические требования к спортивному оборудованию, инвентарю и экипировке спортсменов в тяжелой атлетике. Гигиенические требования к спортивному оборудованию, инвентарю и экипировке спортсменов в конькобежном спорте.		ПК 1.3. ПК 1.5. ПК 1.6. ПК 2.1. ПК 2.4. ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3. ПК 3.4. ПК 3.5
--	--	--	---

	Лекции	4	ПК 1.2.
	В том числе в виде практической подготовки	2	ПК 1.3.
	Практические занятия.	4	ПК 1.5.
	В том числе в виде практической подготовки	4	ПК 1.6.
	Самостоятельная работа.		ПК 2.1.
Промежуточная аттестация (Экзамен)		12	ПК 2.4.
			ПК 3.1.
			ПК 3.2.
			ПК 3.3.
			ПК 3.4.
			ПК. 3.5
Всего:		72	

7. КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль качества освоения учебного материала по дисциплине проводится в форме текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в ГБОУ ВО СГПИ и его филиалах».

Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы используются оценочные материалы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестаций (Приложение 2).

Уровень сформированности компетенции			
не сформирована	сформирована частично	сформирована в целом	сформирована полностью
«Не зачтено»	«Зачтено»		
«Неудовлетворительно»	«Удовлетворительно»	«Хорошо»	«Отлично»
Описание критериев оценивания			
Обучающийся демонстрирует: – существенные пробелы в знаниях учебного материала; – допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий; – непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета; – отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины; отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкая степень контактности.	Обучающийся демонстрирует: – знания теоретического материала; – неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов; – неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; – недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины; умение без грубых ошибок решать практические задания.	Обучающийся демонстрирует: – знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала; – твердые знания теоретического материала; – способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития; – правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы; – умение решать практические задания, которые следует выполнить; – владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины. Возможны незначительные неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует	Обучающийся демонстрирует: – глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала; – полное понимание сущности и – взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий; – способность устанавливать и объяснять связь практики и теории; – логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы экзаменатора; – умение решать практические задания; – наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам;

		неуверенность в ответах на дополнительные вопросы.	– свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.
--	--	---	--

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебно-методическое обеспечение дисциплины включает рабочую программу дисциплины, методические материалы, оценочные материалы.

Учебно-методическое обеспечение работы обучающихся включает: учебники, учебные пособия, электронные образовательные ресурсы, методические материалы.

Самостоятельная работа обучающихся является формой организации образовательного процесса по дисциплине и включает следующие виды деятельности: поиск (подбор) и обзор научной и учебной литературы, электронных источников информации по изучаемой теме; работа с конспектом лекций, электронным учебником, со словарями и справочниками и др. источниками информации (конспектирование); составление плана и тезисов ответа; подготовка реферата; выполнение творческих заданий и решение проблемных ситуаций (задач); подготовка к собеседованию, практическим занятиям; подготовка к зачету и/или экзамену.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

9.1. Рекомендуемая литература

9.1.1. Основные источники

1. Стеблецов, Е.А. Гигиена физической культуры и спорта: учебник для среднего профессионального образования / Е.А. Стеблецов, А.И. Григорьев, О.А. Григорьев. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 308 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16822-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/531847>

2. Трифонова, Т.А. Гигиена и экология человека: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т.А. Трифонова, Н.В. Мищенко, Н.В. Орешникова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 206 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06430-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515400>

9.1.2. Дополнительные источники

1. Васильева, И.В. Физиология питания: учебник и практикум для среднего профессионального образования / И.В. Васильева, Л.В. Беркетова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 235 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16048-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/530347>

2. Гигиена: требования к товарам детского ассортимента: учебное пособие для среднего профессионального образования / Ю.П. Пивоваров [и др.]; составители Ю.П. Пивоваров, Л.И. Ильенко, О.Ю. Милушкина, Л.С. Зиневич, Н.А. Бокарева, С.В. Маркелова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 67 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13347-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/498995>

3. Завьялова, Т.П. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у обучающихся: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т.П. Завьялова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 167 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09176-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515073>

4. Карелин, А.О. Гигиена: учебник для среднего профессионального образования / А.О. Карелин, Г.А. Александрова. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 472 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-14973-9. — Текст: электронный //

5.Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/519250 Козлов, А.И. Гигиена и экология человека. Питание: учебное пособие для среднего профессионального образования / А.И. Козлов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 187с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12965-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/518549	
9.2 Интернет-ресурсы (базы данных, информационно-справочные системы и др.)	
ЭБС	
ЭБС «Лань». — URL	https://e.lanbook.com/
Национальная электронная библиотека (НЭБ). — URL	https://нэб.рф
ЭБС «Юрайт». — URL	https://urait.ru/
«Электронная библиотека ИМЛИ РАН». — URL	http://biblio.imli.ru
Электронная библиотека ИРЛИ РАН (Пушкинский Дом). — URL:	http://lib.pushkinskijdom.ru
ЭБС «Педагогическая библиотека». — URL	http://pedlib.ru/
Научная электронная библиотека Library.ru. — URL	https://elibrary.ru
ЭБС Буконлайн. — URL	https://bookonline.ru
Научная электронная библиотека «Киберленинка». — URL	https://cyberleninka.ru/
Библиотек академии наук (БАН). Ресурсы открытого доступа. — URL	http://www.ras.ru/e_resours/resursy_otkrytogo_dostupa.php
ЭОР	
Университетская информационная система РОССИЯ. — URL	https://uisrussia.msu.ru/
Единое окно доступа к образовательным ресурсам. — URL:	http://school-collection.edu.ru/
Словари и энциклопедии. — URL	https://dic.academic.ru/
Педагогическая мастерская «Первое сентября». — URL	https://fond.1sept.ru/
Сайт Единой коллекции цифровых образовательных ресурсов. — URL:	http://school-collection.edu.ru/
Национальная платформа «Открытое образование». — URL	https://openedu.ru
Портал «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов». — URL	http://school-collection.edu.ru
Российское образование. Федеральный портал. — URL	http://edu.ru
Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования. — URL	http://fgosvo.ru
Единая цифровая коллекция первоисточников научных работ	https://научныйархив.рф

удостоверенного качества «Научный архив». — URL	
Портал проекта «Современная цифровая образовательная среда в РФ». — URL	https://online.edu.ru/ru/
10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
Занятия, текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по дисциплине проводятся в учебных аудиториях, укомплектованных типовой мебелью для обучающихся и преподавателя, техническими и мультимедийными средствами обучения, включенными в локальную сеть вуза и с доступом к информационным ресурсам сети Интернет. Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение: 1. Пакет программного обеспечения общего назначения Microsoft Office (MS Word, MS Microsoft Excel, MS PowerPoint). 2. Adobe Acrobat Reader. 3. Браузер (Internet Explorer, Mozilla Firefox, Google Chrome, Opera и др.).	

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Содержание изменений	Реквизиты документа об утверждении изменений	Дата внесения изменений
1.	Разработана, утверждена и введена в действие на основании Приказа Минпросвещения России от 11.11.2022 г. № 968 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура» и в соответствии с Письмом Минпросвещения России от 28.04.2022 № АБ-1197/05 «О направлении документов «Ядро среднего профессионального педагогического образования» (вместе с «Методическими рекомендациями по подготовке кадров по программам среднего профессионального педагогического образования на основе единых подходов к их структуре и содержанию («Ядро среднего профессионального педагогического образования»)).	Протокол заседания кафедры от «06» мая 2025 г. № 10	06.05.2025 г.