

Общая и специальная гигиена

Данная учебная дисциплина называется «Общая и специальная гигиена», включена в Реестр автономных дидактических компонентов Академии ВЭГУ и реализуется в рамках ООП Академии ВЭГУ 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)», направленности (профиля) «Физическая реабилитация» по заочной форме обучения, в т.ч. с использованием электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

В результате освоения данной дисциплины обучающиеся должны овладеть знаниями, умениями и навыками в рамках формирования следующих компетенций:

- способность управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни (УК-6);

- способность планировать содержание занятий для осуществления профилактики отклонений в состоянии здоровья, с учетом сферы деятельности физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста (ПК-3).

Обучающийся, освоивший данную дисциплину, должен знать:

- анатомо-морфологические и психологические особенности занимающихся различного пола и возраста;

- основные положения общей гигиены и гигиены физической культуры и спорта;

- наиболее часто встречающиеся виды нарушений деятельности сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы, пищеварительной системы, органов выделения у занимающихся и спортсменов;

- влияние окружающей среды и производственной деятельности на здоровье человека;

- способы профилактики отклонений в состоянии здоровья и основы здорового образа жизни.

Обучающийся, освоивший данную дисциплину, должен уметь:

- планировать содержание занятий для осуществления профилактики отклонений в состоянии здоровья, с учетом сферы деятельности физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.

Обучающийся, освоивший данную дисциплину, должен владеть:

- навыками планирования занятий и других форм использования физических упражнений с учетом возраста, пола, нозологических форм заболеваний занимающихся, санитарно-гигиенических основ образовательной деятельности, климатических особенностей;

- применения различных гигиенических факторов и врачебного контроля для повышения оздоровительного эффекта занятий физическими упражнениями и достижения высоких спортивных результатов;

- способами формирования здорового образа жизни, в том числе лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.