

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

УТВЕРЖДАЮ  
Декан факультета  
физической культуры и спорта  
доцент П.В. Левин

  
«30» августа 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Физическое воспитание школьников с ослабленным здоровьем**

Уровень основной образовательной программы – бакалавриат

Направление подготовки - 44.03.01. Педагогическое образование

Направленность (профиль) подготовки – Физическая культура

Форма обучения – заочная

Сроки освоения ОПОП – нормативный 4 года 6 месяцев

Факультет – Физической культуры и спорта

Кафедра – Медико-биологических и психологических основ физического воспитания

Рязань, 2019

## ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Физическое воспитание школьников с ослабленным здоровьем» являются формирование у студентов компетенций в области теоретико-методических знаний, исследовательских и практических навыков в области оздоровления и физического воспитания часто болеющих школьников.

### 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА

2.1. Дисциплина «Физическое воспитание школьников с ослабленным здоровьем» относится к дисциплинам по выбору вариативной части Блока 1. - Б1.В.ДВ.7.1

2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины:

- Анатомия
- Общая и возрастная физиология
- Основы возрастной морфологии

2.3. Перечень последующих дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной дисциплиной:

- Основы методики лечебной физической культуры
- Медико-биологический контроль
- Основы физической реабилитации
- Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации

## 2.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся общекультурных (ОК), общепрофессиональных (ОПК) и профессиональных (ПК) компетенций:

№ п/п	Номер/индекс компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:		
			Знать	Уметь	Владеть
1	2	3	4	5	6
1.	ОПК-1	готовность сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности	<p>1.гигиенические основы здорового образа жизни</p> <p>2.Основные средства и методы оздоровления и профилактики заболеваний.</p> <p>3. факторы риска и основные тенденции ухудшения состояния здоровья детей.</p>	<p>1.осуществлять мероприятия по физическому воспитанию часто болеющих детей.</p> <p>2.формировать физическую активность, здоровый стиль жизни на основе гигиенических знаний и норм</p> <p>3.Осуществлять консультативную деятельность по вопросам профилактики острых респираторных и других заболеваний и формирования ЗОЖ.</p>	<p>1.практическими навыками применения различных гигиенических факторов в целях повышения оздоровительного эффекта занятий физическими упражнениями.</p> <p>2.навыками формирования здорового образа жизни школьников с ослабленным здоровьем.</p> <p>3.Навыками гигиенического обучения и воспитания часто болеющих школьников,</p>

2.	ОПК-2	<p>способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Профилактические и оздоровительные технологии.</li> <li>2.Основы организации физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем.</li> <li>3. Правила определения медицинских групп для занятий несовершеннолетними физической культурой с учетом состояния их здоровья</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Разрабатывать комплекс мероприятий по оздоровлению часто болеющих детей в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка.</li> <li>2.Нормировать физические нагрузки</li> <li>3.Проводить занятия оздоровительной физической культурой с учетом характера и степени выраженности нарушений состояния здоровья, физического развития и уровня функциональных возможностей несовершеннолетнего.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Методикой проведения занятий физическим воспитанием часто болеющих детей.</li> <li>2.навыками разработки индивидуальных подходов по формированию здорового образа жизни и оздоровлению часто болеющих школьников.</li> <li>3. методами контроля функционального состояния занимающихся с учетом их функциональных возможностей и характера течения заболевания.</li> </ol>

## 2.5 Карта компетенций дисциплины.

КАРТА КОМПЕТЕНЦИЙ ДИСЦИПЛИНЫ					
НАИМЕНОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ Физическое воспитание школьников с ослабленным здоровьем					
Цель дисциплины		формирование у студентов компетенций в области теоретико-методических знаний, исследовательских и практических навыков в области оздоровления и физического воспитания часто болеющих школьников.			
В процессе освоения данной дисциплины студент формирует и демонстрирует следующие					
Общекультурные компетенции:					
КОМПЕТЕНЦИИ		Перечень компонентов	Технологии формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
ИНДЕКС	ФОРМУЛИРОВКА				
Общепрофессиональные и Профессиональные компетенции:					
КОМПЕТЕНЦИИ		Перечень компонентов	Технологии формирования	Форма оценочного средства	Уровни освоения компетенции
ИНДЕКС	ФОРМУЛИРОВКА				
ОПК-1	готовность сознавать социальную значимость своей будущей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности	Знать: 1.гигиенические основы здорового образа жизни 2.Основные средства и методы оздоровления и профилактики заболеваний. 3. факторы риска и основные тенденции ухудшения состояния здоровья детей. Уметь: 1.осуществлять мероприятия по физическому воспитанию часто болеющих детей. 2.формировать физическую активность, здоровый стиль	Лекции Практические занятия СРС	Индивидуальное собеседование. Защита реферата Зачет	<u>Пороговый:</u> знает основные компоненты здорового образа жизни и основные средства оздоровления часто болеющих школьников. <u>Повышенный:</u> Владеет навыками применения комплекса оздоровительных мероприятий на практике и

		<p>жизни на основе гигиенических знаний и норм</p> <p>3.Осуществлять консультативную деятельность по вопросам профилактики острых респираторных и других заболеваний и формирования ЗОЖ.</p> <p>Владеть:</p> <p>1.практическими навыками применения различных гигиенических факторов в целях повышения оздоровительного эффекта занятий физическими упражнениями.</p> <p>2.навыками формирования здорового образа жизни школьников с ослабленным здоровьем.</p> <p>3.Навыками гигиенического обучения и воспитания часто болеющих школьников,</p>			<p>навыками формирования всестороннего гармоничного развития человека, его физического и психического здоровья.</p>
ОПК-2	<p>способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том</p>	<p>Знать:</p> <p>1.Профилактические и оздоровительные технологии</p> <p>2.Основы организации физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем.</p> <p>3. Правила определения медицинских групп для занятий несовершеннолетними</p>	<p>Лекции</p> <p>Практические занятия</p> <p>СРС</p>	<p>Индивидуальное собеседование.</p> <p>Защита реферата</p> <p>Зачет</p>	<p><u>Пороговый</u> знает основные направления организации физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем.</p> <p><u>Повышенный</u></p>

	<p>числе особых образовательных потребностей обучающихся</p>	<p>физической культурой с учетом состояния их здоровья</p> <p>Уметь:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Разрабатывать комплекс мероприятий по оздоровлению часто болеющих детей в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка.</li> <li>2.Нормировать физические нагрузки</li> <li>3.Проводить занятия оздоровительной физической культурой с учетом характера и степени выраженности нарушений состояния здоровья, физического развития и уровня функциональных возможностей несовершеннолетнего.</li> </ol> <p>Владеть:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Методикой проведения занятий физическим воспитанием часто болеющих детей.</li> <li>2.навыками разработки индивидуальных подходов по формированию здорового образа жизни и оздоровлению часто болеющих школьников.</li> <li>3. методами контроля функционального состояния занимающихся с учетом их функциональных возможностей и характера течения заболевания.</li> </ol>			<p>Владеет комплексом знаний и умений по организации физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем и методы контроля функционального состояния занимающихся и умеет проводить их оценку.</p>
--	--	--	--	--	--

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры			
		№5	№	№	№
		часо в	часо в	часо в	часо в
1	2	3	4	5	6
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	10	10	-	-	-
В том числе:					
Лекции (Л)	4	4			
Практические занятия (ПЗ), Семинары (С)	6	6			
2. Самостоятельная работа студента (всего)	62	62			
В том числе	-	-	-	-	-
<i>СРС в семестре:</i>	58	58			
Другие виды СРС:	-	-	-	-	-
Подготовка к индивидуальному устному собеседованию по теоретическим разделам	12	12			
Подготовка к защите реферата	12	12			
Изучение и конспектирование основной литературы.	12	12			
Изучение и конспектирование дополнительной литературы	10	10			
Подготовка к зачету	12	12			
<i>СРС в период сессии</i>	4	4			
Вид промежуточной аттестации	зачет (З),	зачет	3		
	(Э)				
ИТОГО: Общая трудоемкость	часов	72	72		
	зач. ед.	2	2		



## 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Содержание разделов дисциплины

№ се ме ст ра	№ ра зд ел а	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
		3	4
5	1	Факторы, формирующие состояние здоровья детей	Социально-гигиенические аспекты ухудшения состояния здоровья детей и подростков. Основные тенденции физического развития детей и подростков на современном этапе. Группы здоровья. Глобальные тенденции в эволюции здоровья. Факторы, влияющие на состояние здоровья детей. Физическое и психическое развитие детей и подростков как показатель состояния здоровья. Оценка функционального состояния опорно-двигательного аппарата и показателей физического развития. Основные тенденции ухудшения состояния здоровья детей. Дисплазия соединительной ткани: основные клинические синдромы, лечение. Основные причины, приводящие к частым заболеваниям ОРВИ. Влияние йодного дефицита на состояние здоровья детей и женщин репродуктивного возраста.
	2	Оздоровление часто болеющих детей	Основные задачи оздоровления часто болеющих детей. Система оздоровления часто болеющих детей. Основные принципы проведения мероприятий по реабилитации часто болеющих детей. Коррекция режима дня. Занятия физической культурой. Профилактика и коррекция гипо- и гиперкинезии у детей и подростков. Формирование навыков произвольного управления дыханием. Организация питания. Рациональное питание учащихся с дефицитом массы тела. Особенности закаливания часто болеющих детей. Массаж часто болеющих детей. Нетрадиционные формы оздоровления часто болеющих детей. Закаливание часто болеющих детей. Методика оценки закаленности. Профилактика гриппа и ОРЗ. Оценка эффективности применяемых

			<p>оздоровительных мероприятий.  Оздоровительные мероприятия в загородных оздоровительных учреждениях. Физическое воспитание в загородных оздоровительных учреждениях. Охрана репродуктивного здоровья школьников. Аэроионизация как средство оздоровления. УФ-излучение. Фотарии, светооблучательные установки для профилактики УФ голодания.  Биоритмологические типы работоспособности. Понятие о геноритме, феноритме и адекватном ритме. Методика определения биоритмологического типа работоспособности с помощью теста Остберга в модификации проф. Степановой.</p>
--	--	--	--

## 2.2. Разделы дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестрам)
			Л	ЛР	ПЗ/С	СРС	всего	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
5	1	Факторы, формирующие состояние здоровья детей	2		3	28	33	Устное собеседование Защита реферата
5	2	Оздоровление часто болеющих детей	2		3	30	35	Устное собеседование Защита реферата
		Разделы дисциплины №-1-2	4	-	6	58	68	
		Разделы дисциплины №-1-2				4	4	Зачет
		ИТОГО за семестр	4		6	62	72	

### 2.3. Лабораторный практикум

Не предусмотрен

### 2.4. Примерная тематика курсовых работ

Не предусмотрены

### 3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

#### 3.1. Виды СРС

№ семестра	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды СРС	Всего часов
1	2	3	4	5
5	1.	Факторы, формирующие состояние здоровья детей	1. Подготовка к индивидуальному собеседованию 2. Подготовка к защите реферата 3. Подготовка к зачету 4. Изучение и конспектирование основной литературы 5. Изучение и конспектирование дополнительной литературы	6 6 6 6 4
	2.	Оздоровление часто болеющих детей	1. Подготовка к индивидуальному собеседованию 2. Подготовка к защите реферата 3. Подготовка к зачету 4. Изучение и конспектирование основной литературы 5. Изучение и конспектирование дополнительной литературы	6 6 6 6 6
ИТОГО в семестре:				58

### 3.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Поможет обучающимся организовать самостоятельное изучение тем методические рекомендации «Основы школьной гигиены и гигиены физического воспитания: Самостоятельная работа студентов», автор-составитель Н.В. Срослова, 2016, имеющееся в библиотеке университета.

Для самостоятельной работы рекомендуется пользоваться учебником Гигиена физического воспитания и спорта: учебник Коваль В.И.Родионова Т.А.2014М. : Академия.

*Вопросы для самоконтроля приведены в конце каждой главы учебника.*

Для самостоятельной работы студентам необходимо изучить «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10».

Рекомендуется использовать курс лекций - Белова, Ольга Анатольевна. Основы педиатрии и гигиены детей раннего и дошкольного возраста [Электронный ресурс] : [курс лекций] / О. А. Белова, Н. А. Плотникова; РГУ им. С. А. Есенина. - Рязань : РГУ, 2014. - Заглавие с титул. экрана. - Режим доступа: <http://e-learn2.rsu.edu.ru/moodle2/course/view.php?id=51>. - Вход только для зарегистрированных пользователей.

Методические рекомендации к практическим занятиям по возрастной анатомии, физиологии и гигиене детей и подростков : учебно-методическое пособие / Негосударственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Институт специальной педагогики и психологии»; авт. сост. В.Я. Егоров. - СПб. : НОУ «Институт специальной педагогики и психологии», 2014. - Ч. 1. - 120 с. : табл. - Библиогр. в кн.. - ISBN 978-5-8179-0177-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=438770> (08.10.2016).

Возрастная анатомия, физиология и гигиена : учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.Ф. Лысова, Я.Л. Завьялова. — Москва : КноРус, 2016. — 403 с. — Для бакалавров.

#### 3.3.1. Контрольные работы/рефераты

##### Примерные темы рефератов

1. Понятие о здоровом образе жизни. Элементы здорового образа жизни человека (гигиенически рациональные формы поведения - структура ЗОЖ).
2. Федеральный закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» - статья 36 «Гигиеническое воспитание и обучение».
3. Всемирный день здоровья. Темы Всемирного дня здоровья прошлых лет.
4. Формирование здорового образа жизни у детей и подростков.
5. Проблема экологической обусловленности состояния здоровья населения. Хозяйственная деятельность человека и экологическая

безопасность. Основные факторы, обуславливающие состояние окружающей среды и их влияние на состояние здоровья человека. Некоторые заболевания, связанные с воздействием факторов окружающей среды.

6. Социально-бытовые условия жизни и их роль в формировании здоровья. Гигиеническая характеристика факторов риска в условиях жилой среды, синдром «нездорового помещения» как гигиеническая проблема.
7. Экология и аллергия.
8. Неблагоприятное воздействие УФ-излучения на организм человека в связи с истощением озонового слоя, защитные меры.
9. Загрязнение объектов окружающей среды радиоактивными веществами, электромагнитные поля, шум и вибрация, их влияние на организм человека, меры профилактики. Ионизированный воздух
10. Профилактика утомления и нарушений нервно-психического здоровья. Медико-биологические средства профилактики переутомления и восстановления работоспособности: фармакологические средства, физиотерапия, гидротерапия, оксигенотерапия, аэроионотерапия.
11. Профилактика инфекционных заболеваний. Пищевые токсикоинфекции и бактериальные токсикозы. Гельминтозы. Болезни животных, передающиеся человеку через мясо и молоко.
12. Проблемы современного питания (сужение набора пищевых продуктов, рафинирование и химические добавки) и основные направления их решения. Чужеродные химические вещества в продуктах питания (ксенобиотики). Пищевой статус как показатель здоровья. Заболевания, обусловленные недостаточным или избыточным питанием.
13. Влияние йодного дефицита на состояние здоровья детей и женщин репродуктивного возраста.
14. Биологически активные добавки к пище в структуре современного питания. Нутрицевтики и их значение в профилактике ряда хронических заболеваний. Парафармацевтики и их значение в регуляции физиологических функций и адаптации к экстремальным условиям.
15. Водный баланс человека. Питьевой режим. Понятие о допингах. Анаболические стероиды и последствия их применения в спортивной практике.
16. Система специфической и неспецифической иммунной защиты организма. Причины и профилактика иммунной недостаточности. Влияние физической нагрузки на показатели иммунной системы спортсмена, периоды выраженного иммунологического риска у спортсменов. Средства и методы, повышающие неспецифическую резистентность организма человека: санитарно-гигиенические мероприятия, иммунокорректирующие препараты, противовирусные препараты, схема их использования.
17. Средства и методы, повышающие неспецифическую резистентность человека в профилактике гриппа и ОРЗ.
18. Личная гигиена. Профилактика нарушений зрения. Профилактика

возникновения нарушений опорно-двигательного аппарата. Самооценка состояния здоровья.

19. Гигиена полости рта. Болезни зубов. Профилактика кариеса и пародонтоза. Первичная профилактика стоматологических заболеваний у детей. Тренировочные комплексы по дозированной динамической нагрузке на зубы. Изучение стандартного метода чистки зубов на фантомах.
20. Актуальные вопросы наркоманий, алкоголизма и табакокурения среди школьников. Возрастные особенности наркоманий, токсикоманий и злоупотребления алкоголем. Система противоалкогольного воспитания и противоалкогольного просвещения молодежи в школе. Профилактика наркоманий и табакокурения среди школьников.
21. Охрана репродуктивного здоровья школьников. Заболевания, угрожающие репродуктивному здоровью. Простатит, причины, клиническое течение, основные симптомы, профилактика. Современные методы контрацепции. Гормональная, внутриматочная, посткоитальная и барьерная контрацепция. Биологические методы контрацепции. Противопоказания к применению оральных контрацептивов.
22. Исследование «Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья» (Health Behaviour in School-Aged Children) Формы поведения в отношении здоровья. Формы поведения, сопряженные с риском. Основные тренды поведенческих рисков, опасных для здоровья.
23. Основы пропаганды и формирования здорового образа жизни среди обучающихся. Цели, принципы и задачи обеспечения здорового образа жизни среди обучающихся.
24. Направления обеспечения пропаганды здорового образа жизни среди обучающихся. Механизмы обеспечения здорового образа жизни среди обучающихся.
25. Диагностика, профилактика и оздоровление учащихся с нарушениями и заболеваниями костно-мышечной системы
26. Диагностика, профилактика и оздоровление учащихся с нарушениями физического развития
27. Диагностика, профилактика и оздоровление учащихся с рефракционными заболеваниями глаз
28. Диагностика и профилактика нарушений и заболеваний системы пищеварения. Коррекция алиментарно-дефицитных состояний
29. Диагностика, профилактика и оздоровление учащихся с функциональными отклонениями сердечно-сосудистой системы
30. Выявление учащихся с частыми острыми респираторными инфекциями и их оздоровление. Профилактика простудных заболеваний
31. Диагностика и профилактика нарушений и заболеваний учащихся в процессе учебных занятий
32. Профилактика и коррекция гипо- и гиперкинезии у детей и

подростков.

33. Особенности закаливания часто болеющих детей.

34. Нетрадиционные формы оздоровления часто болеющих детей.

Для подготовки рефератов использовать:

1. Кучма В.Р., Соколова С.Б. Поведение детей, опасное для здоровья: современные тренды и формирование здорового образа жизни. Монография. М.: ФГБНУ НЦЗД, 2014. 160 с.

2. Руководство по диагностике и профилактике школьно обусловленных заболеваний, оздоровлению детей в образовательных учреждениях (под редакцией чл.-корр. РАМН, профессора Кучмы В.Р. и д.м.н. Храмова П.И.) – М.: Издатель НЦЗД, 2012 – 181 с.

#### 4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (см. *Фонд оценочных средств*)

##### 4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по дисциплине

Рейтинговая система в Университете не используется.

#### 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 5.1. Основная литература

№ п/п	Автор(ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	С е м е с т р	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
1	1. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта: учебник. - М.: Академия, 2014. - 480 с. (Гл. 11) (есть и пред. изд.)	1-2	5	10+50	-

1	1. Алхасов, Д.С. Профессиональный модуль. «Преподавание физической культуры по основным общеобразовательным программам»: МДК «Методика обучения предмету физическая культура». Раздел : Уроки физической культуры в системе физического воспитания школьников ( в таблицах и схемах) : методическое пособие / Д.С. Алхасов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2014. - 96 с. : ил. - ISBN 978-5-4475-3729-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=274974">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=274974</a> (05.05.2016).	1-2	5	ЭБС	
2	Мухина, М.П. Физкультурное образование школьников : учебное пособие / М.П. Мухина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 399 с. : табл. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=429366">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=429366</a> (05.05.2016).	1-2	5	ЭБС	

## 5.2. Дополнительная литература

№ п/п	Автор(ы), наименование, место издания и издательство, год	Используется при изучении разделов	С е м е с т р	Количество экземпляров	
				В библиотеке	На кафедре
1	2	3	4	5	6
1	1. Рипа М.Д. Кинезотерапия. Культура двигательной активности: учебное пособие. - М.: КноРус, 2011. - 376	1-2	5	10	
2	Уколов, А.В. Формирование мотивации занятия спортом школьников: теоретические и практические аспекты / А.В. Уколов, С.К. Рябинина, В.В. Пономарев ; Министерство образования и науки Российской Федерации, В.к. ФГБОУ. - Красноярск : СибГТУ, 2013. - 125 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн.. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=428892">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=428892</a> (05.05.2016).	1-2	5	ЭБС	



3	Курс лекций по гигиеническим основам физкультурно-спортивной деятельности : учебное пособие / В.А. Ляпин, И.П. Флянку, Н.В. Семенова и др. ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии и др. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 229 с. : ил., табл. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=429363">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=429363</a> (24.05.2016).	1-2	5	ЭБС	
4	Курс лекций по гигиеническим основам физкультурно-спортивной деятельности : учебное пособие / В.А. Ляпин, И.П. Флянку, Н.В. Семенова и др. ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии и др. - Омск : Издательство СибГУФК, 2014. - 229 с. : ил., табл. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=429363">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=429363</a> (24.05.2016).	1-2	5	ЭБС	
5	Черкасова, И.В. Лечебная физическая культура в специальной медицинской группе вуза : учебно-методическое пособие / И.В. Черкасова, О.Г. Богданов. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 128 с. - Библиогр. в кн. [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=344711">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=344711</a> (21.05.2016).			ЭБС	
6	Физическая культура для студентов, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе : учебно-методическое пособие / В.К. Кулешов, Е.Ю. Вавилина, Е.Л. Чеснова, Т.М. Нигровская. - М. : Директ-Медиа, 2013. - 70 с. [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210948">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210948</a> (21.05.2016)			ЭБС	

### 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. BOOK.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: 15.04. 2018).
2. East View [Электронный ресурс]: [база данных]. - Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. -

- Режим доступа: <https://dlib.eastview.coni> (дата обращения: 15.04.2018).
3. Royal Society of Chemistry journals [Электронный ресурс] : [база данных]. – Доступ к полным текстам архива научных журналов 1841-2007 гг. из сети РГУ имени С.А. Есенина. Режим доступа: <http://pubs.rsc.org/en/Journals?key=Title&value=Current> (дата обращения: 15.04.2018).
  4. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://znanium.com> (дата обращения: 15.11.2017).
  5. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/3> (дата обращения: 15.04.2018).
  6. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: [http://biblioclub.ru/index.php?page=main\\_ub\\_red](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red) (дата обращения: 15.04.2018).
  7. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс] : официальный сайт / Рос. гос. б-ка. - Москва : Рос. гос. б-ка, 2003 -. - Доступ к полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <http://diss.rsl.ru> (дата обращения: 15.04.2018).
  9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru> (дата обращения: 20.04.2018).
  10. Лань [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа <http://e.lanbook.com> (дата обращения: 20.04.2018).

#### **5.4. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <http://elibrarv.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/> свободный (дата обращения: 15.04.2018).
3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. - Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).
4. Prezentacva.ru [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacva.ru>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).
5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа:

<https://infourok.ru/biblioteka>. свободный (дата обращения: 15.04.2018).

6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 15.04.2018).

7. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).

8. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: [http://www.gumer.info/bibliotek\\_Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp](http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/resspenc/mdexphp), свободный (дата обращения: 15. 04.2018).

9. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс] // Единое окно доступа к образовательным ресурсам. - Режим доступа: <http://fcior.edu.ru>. свободный (дата обращения: 15. 04.2018).

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1. Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий:

Необходимы стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций: видеопроектор, ноутбук, экран настенный. Необходимы стандартно оборудованные аудитории для проведения практических занятий, как в традиционной, так и в интерактивной форме – ноутбук, проектор, экран или компьютерный класс.

### 6.2. Требования к оборудованию рабочих мест преподавателя и обучающихся:

Видеопроектор, ноутбук, переносной экран. В компьютерном классе должны быть установлены средства MS Office : Word, Excel, PowerPoint и др.

### 6.3. Требования к специализированному оборудованию:

Необходимо стандартное оборудование для проведения лабораторных работ по овладению навыков гигиенических исследований: набор лабораторной посуды, барометр, психрометр, анемометр, люксметр, термометр и др.

## 7. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Интерактивные занятия стандартом ФГОС ВО не предусмотрены

## 8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание следующим понятиям: двигательная активность, закаливание, моторная плотность урока, врачебный контроль, критерии допустимости физической нагрузки, гигиенические принципы нормирования физических нагрузок и др.
Практические занятия	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы. ) Методические указания находятся в Методических рекомендациях «Основы школьной гигиены и гигиены физического воспитания: Самостоятельная работа студентов, автор-составитель Н.В. Срослова, 2016.
Реферат	<i>Реферат:</i> Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (*при необходимости*)

1. Проверка домашних заданий и консультирование посредством электронной почты.

2. Использование слайд-презентаций при проведении практических занятий.

10. Требования к программному обеспечению учебного процесса (при наличии)

Перечень информационных технологий (лицензионное программное обеспечение, информационно-справочные системы)

Название ПО	№ лицензии, договора
MS Windows Professional 7	60816218 договор №Tr000043844 от 22.09.15г.
Kaspersky Endpoint Security	договор №14/03/2018-0142 от 30/03/2018г.
LibreOffice	свободно распространяемая
7-zip	свободно распространяемая
Fast Stone ImageViewer	свободно распространяемая
PDF ридер FoxitReader	свободно распространяемая
VLC media player	свободно распространяемая
ImageBurn	свободно распространяемая
DjVu Browser Plug-in	свободно распространяемая

**Приложение 1**

**Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

***Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине для промежуточного контроля успеваемости***

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины (результаты по разделам)	Код контролируемой компетенции) или её части)	Наименование оценочного средства
1.	Факторы, формирующие состояние здоровья детей	ОПК-1 ОПК 2	<b>зачет</b>
2.	Оздоровление часто болеющих детей	ОПК2, ОПК-1	<b>зачет</b>

## ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Индекс компетенции	Содержание компетенции	Элементы компетенции	Индекс элемента
<b>ОПК -1</b>	готовность социальную своей профессии, мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности сознавать значимость будущей обладать	<b>знать</b>	
		Знать: 1.гигиенические основы здорового образа жизни	<b>ОПК 131</b>
		2.Основные средства и методы оздоровления и профилактики заболеваний.	<b>ОПК 132</b>
		3. факторы риска и основные тенденции ухудшения состояния здоровья детей.	<b>ОПК 133</b>
		<b>уметь</b>	
		1.осуществлять мероприятия по физическому воспитанию часто болеющих детей.	<b>ОПК 1У1</b>
		2.формировать физическую активность, здоровый стиль жизни на основе гигиенических знаний и норм	<b>ОПК 1У2</b>
		3.Осуществлять консультативную деятельность по вопросам профилактики острых респираторных и других заболеваний и формирования ЗОЖ.	<b>ОПК 1У3</b>
		<b>владеть</b>	
		1.практическими навыками применения различных гигиенических факторов в целях повышения оздоровительного эффекта занятий физическими упражнениями.	<b>ОПК 1В1</b>
2.навыками формирования здорового образа жизни школьников с ослабленным здоровьем.	<b>ОПК 1В2</b>		
3.Навыками гигиенического обучения и воспитания часто болеющих школьников,	<b>ОПК 1В3</b>		
<b>ОПК -2</b>	способность осуществлять обучение,	<b>знать</b>	
		1.Профилактические и	<b>ОПК-231</b>

воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	оздоровительные технологии	
	2..Основы организации физического воспитания школьников с ослабленным здоровьем.	<b>ОПК-232</b>
	3.Правила определения медицинских групп для занятий физической культурой с учетом состояния их здоровья	<b>ОПК-233</b>
	<b>уметь</b>	
	1.Разрабатывать комплекс мероприятий по оздоровлению часто болеющих детей в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка.	<b>ОПК-2У1</b>
	2.Нормировать физические нагрузки	<b>ОПК-2У2</b>
	3.Проводить занятия оздоровительной физической культурой с учетом характера и степени выраженности нарушений состояния здоровья, физического развития и уровня функциональных возможностей несовершеннолетнего.	<b>ОПК-2У3</b>
	<b>владеть</b>	
	1.Методикой проведения занятий физическим воспитанием часто болеющих детей.	<b>ОПК-2У3</b>
	2.навыками разработки индивидуальных подходов по формированию здорового образа жизни и оздоровлению часто болеющих школьников	<b>ОПК 2 В2</b>
3. методами контроля функционального состояния занимающихся с учетом их функциональных возможностей и характера течения заболевания.	<b>ОПК 2 В3</b>	

## КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (ЗАЧЕТ)

№	*Содержание оценочного средства	Индекс оцениваемой компетенции и ее элементов
1	Факторы, формирующие состояние здоровья детей.	ОПК 133 ОПК 1У2
2	Определение понятия «часто болеющие дети»	ОПК 1У3
3	Основные тенденции ухудшения состояния здоровья детей.	ОПК 133
4	Основные тенденции физического развития детей и подростков на современном этапе	ОПК 133
5	Профилактика гриппа и ОРЗ	ОПК 132ОПК 1У3
6	Дисплазия соединительной ткани: основные клинические синдромы, лечение.	ОПК 133
7	Оценка функционального состояния опорно-двигательного аппарата и показателей физического развития	ОПК 2 В3
8	Основные принципы проведения оздоровительных мероприятий по реабилитации часто болеющих детей.	ОПК 132ОПК 1В1 ОПК 1В2 ОПК 2 В2 ОПК 1В3 ОПК-2У1
9	Организация питания. Рациональное питание учащихся с дефицитом массы тела	ОПК 132ОПК 1В1 ОПК 1В2 ОПК 1В3 ОПК-2У1
10	Коррекция основных компонентов режима дня для часто болеющих детей	ОПК 132ОПК 1В1 ОПК 1В2 ОПК 1В3
11	Закаливание часто болеющих детей	ОПК 132ОПК 1В1 ОПК 1В2 ОПК 1В3 ОПК-2У1
12	Организация физического воспитания часто болеющих детей и подростков	ОПК 1У1 ОПК-232 ОПК-2У1 ОПК-2У3
13	Нетрадиционные формы оздоровления часто болеющих детей	ОПК 132ОПК 1В1 ОПК 1В2 ОПК 1В3
14	Оценка эффективности применяемых оздоровительных мероприятий.	ОПК 2 В3
15	Ионизированный воздух как средство оздоровления	ОПК 132
16	Гигиенические принципы занятий оздоровительными физическими упражнениями	ОПК 1У1 ОПК 1У2 ОПК-232 ОПК-2У1 ОПК-2У3
17	Гигиеническое нормирование физических нагрузок в процессе занятий оздоровительными физическими упражнениями.	ОПК-232 ОПК-2У2
18	Гигиеническое обеспечение занятий оздоровительной физической культурой детей в загородных оздоровительных учреждениях.	ОПК 1У1ОПК 1В1 ОПК 1В2 ОПК 1В3



19	Роль физической культуры и спорта в формировании здоровья человека.	ОПК 133 ОПК 1У2
20	Организация занятий физической культурой в специальных медицинских группах школ и вузов.	ОПК 1У1ОПК-231 ОПК-232 ОПК-2У3 ОПК-2У3
21	Комплектование медицинских групп для занятий физической культурой в школе.	ОПК-233
22	Комплексная оценка состояния здоровья школьников для определения групп здоровья.	ОПК 133
23	Понятие о внезапной смерти на уроках физической культуры в школе.	ОПК 133
24	Комплекс обследований для допуска к занятиям физической культурой и спортом.	ОПК 2 В2
25	Гигиенические основы здорового образа жизни	ОПК 131 ОПК 1У2 ОПК 2 В2
26	Физиологическая характеристика основных видов оздоровительной физической культуры.	ОПК 132 ОПК 1У2ОПК-231 ОПК 2 В2

### ПОКАЗАТЕЛИ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ (Шкалы оценивания)

Результаты выполнения обучающимся заданий на зачете оцениваются «зачтено», «не зачтено».

В основе оценивания лежат критерии порогового и повышенного уровня характеристик компетенций или их составляющих частей, формируемых на учебных занятиях по дисциплине (Таблица 2.5 рабочей программы дисциплины).

**Зачтено** - соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал монографической литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

Соответствует повышенному уровню и выставляется обучающемуся, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос или выполнении заданий, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения.

Соответствует пороговому уровню и выставляется обучающемуся, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей,

допускает неточности, демонстрирует недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ.

**Не зачтено** - выставляется обучающемуся, который не достигает порогового уровня, демонстрирует непонимание проблемы, не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы.