

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

ОП.10.
(индекс дисциплины)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Гигиенические основы физической культуры и спорта

(наименование дисциплины)

по специальности

49.02.01 Физическая культура

направленность

Физическая культура

Форма обучения: очная

Год набора: 2026

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр	6	Итого
Форма контроля	зачет	
Вид занятий		
Лекции	16	16
Лабораторные		
Практические	16	16
Руководство: курсовые работы (проекты) / РГР		
Контактная работа	32	32
Самостоятельная работа	70	70
Контроль	2	2
Итого	104	104

Тольятти, 2025

Рабочую программу составил(и):
доцент, к.б.н., доцент Горелик В.В.
(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рецензирование рабочей программы дисциплины:

☒

Отсутствует

☐

Рецензент

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС ВО и учебного плана по специальности

49.02.01 Физическая культура

Срок действия рабочей программы дисциплины до «30» декабря 2029 г.

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»

(протокол заседания № 6 от «16» января 2026 г.).

1. Цель освоения дисциплины

Цель – овладение студентами современными научными знаниями в области гигиены физической культуры и спорта, овладение практическими навыками формирования здорового образа жизни и эффективного применения различных гигиенических факторов в физкультурно-спортивной деятельности. Изучение современных оздоровительных и профилактических технологий для детей

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Учебная дисциплина «Гигиенические основы физической культуры и спорта» является обязательной частью общепрофессионального цикла в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура и примерной образовательной программой. Дисциплины, на освоении которых базируется данная дисциплина: Анатомия и физиология человека, Основы биомеханики.

Дисциплины, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: Анатомия и физиология человека, Методика преподавания по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта

3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам (ОК 01.)	—	Знать: - правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; - правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; - основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; - пути обеспечения ресурсосбережения; - роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; - основы здорового образа жизни;
		Уметь: - соблюдать нормы экологической безопасности; - определять направления ресурсосбережения в рамках

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
		<p>профессиональной деятельности по специальности</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; - использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья; - понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), - понимать тексты на базовые профессиональные темы; <p>участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы;</p> <ul style="list-style-type: none"> - строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; - кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); <p>Владеть: методами гигиенического нормирования физических нагрузок при занятиях физической культурой и спортом</p>

4. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1 Гигиенические требования к физической культуре	Лек.1	Тема 1.1. Предмет и задачи гигиены	6	2	4		Реферат по теме: «Предмет и задачи
	Лек.2	Тема 1.2. Гигиена как отрасль медицинской науки	6	2	4		Устный ответ по пройденному материалу Опрос по теме
	Лек.3	Тема 1.3. Здоровый образ жизни в жизни человека	6	2	4		Устный ответ по пройденному материалу
	Лек.4	Тема 1.4. Гигиена физической культуры и спорта	6	2	4		Устный ответ по пройденному материалу
	Лек.5	Тема 1.5. Формирование двигательной активности	6	2	4		Проверка практических заданий
	Лек.6	Тема 1.6. Предмет, задачи и методы гигиены физического воспитания и спорта	6	2	4		Презентация
	Лек.7	Тема 1.7. Основные гигиенические принципы организации занятий	6	2	4		Реферат на тему: «Погода климат
	Лек.8	Тема 1.8. Гигиена воздуха и климат	6	2	4		Проверка практических заданий
Модуль 2 Основы гигиены в ФВ	Пр.1	Погода климат акклиматизация	6	2	4		Проверка практических заданий
	Пр.2	Активный иммунитет	6	2	4		Презентация
	Пр.3	Химический состав воздуха	6	2	12		Проверка практических заданий
	Пр.4	Витаминный комплекс	6	2	12		Проверка практических заданий

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
	Пр.5	Гигиенические требования к спортивным сооружениям	6	2	12		Проверка практических заданий
	Пр.6	Гигиенические требования к освещению спортивных	6	2	12		Презентация
	Пр.7	Гигиенические основы спортивных сооружений	6	2	10		Проверка практических заданий
	Пр.8	Гигиенические основы проектирования спортивных	6	2	2		Проверка практических заданий
	Контроль	Зачет	6	2			Презентация
	СР	Самостоятельная работа	6	70			Проверка практических заданий
Итого:				104	100		

Схема расчета итогового балла - Текущий рейтинг (все занятия и промежуточные тесты) + Результат итогового теста и все делится на 2

5. Образовательные технологии

Технология традиционного обучения развития.

Практическое занятие. Методы: наглядные, практические.

6. Методические указания по освоению дисциплины

Учебный режим школы должен соответствовать функциональным возможностям учащихся. Объем, содержание и организация учебного процесса должны обеспечивать такое состояние организма, при котором утомление полностью исчезало бы за период отдыха.

Основные критерии оценки уроков с точки зрения функциональных возможностей учащихся – **трудность и утомительность**. Утомительность характеризуется изменением работоспособности, а трудность предмета – уровнем успеваемости, то есть степенью усвоения учебного материала. Следовательно, при составлении расписания необходимо учитывать оба фактора в равной степени.

Среди факторов **внешней среды**, влияющих на организм человека, свет занимает одно из первых мест. Он влияет не только на орган зрения, но и на весь организм в целом. Под действием света изменяются физические и психические реакции, повышается общий тонус, поддерживается деятельное состояние организма. К освещенности предъявляются следующие требования: достаточность, равномерность во времени и пространстве, отсутствие теней на рабочем месте, отсутствие «слепимости» и перегревания помещений.

Приступая к освоению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы, особенностями текущего контроля, критериями и нормами оценки.

Студент должен:

- систематически посещать аудиторные занятия;
- изучать рекомендованную литературу;
- своевременно сдавать практические задания, необходимые для текущего контроля;
- выступить с докладом и презентационным материалом по заданным темам;
- уметь решать задачи по заданным темам.

7. Оценочные средства

7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
6	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам (ОК 01.)	ИДЗ (подготовка реферата и презентационного материала). Практических работ. Тестовые задания. Вопросы к итоговому контролю. Выполнить практические работы.

7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля

Пример заданий для практической работы

1. Изучить естественную освещенность комнаты

1. С помощью рулетки измерить высоту и ширину окон. Высота – а ; ширина – b м.
2. Рассчитали общую площадь окон. $S = a \times b \text{ м}^2$
3. Измерив длину и ширину комнаты, рассчитали площадь пола. $S = a \times b \text{ м}^2$
4. Подсчитали световой коэффициент (СК) по формуле: $СК = S_0 / S$, где S_0 – площадь застекленной части окон; S – площадь пола.

2. Режим дня студента

1. Изучить режим дня студента

Режим дня	Активный день (время в часах)	Малоактивный день (время в часах)	Воскресенье (время в часах)	Среднее значение
Подъем				
Завтрак				
Дорога в университет				
Обед				
Учеба				
Тренировки				
Ужин				
Сон				

2. Описать свой режим дня на соответствие физиолого - гигиеническим требованиям

Темы рефератов:

1. Гигиена физических упражнений и спорта, её задачи в практике физического воспитания. Основоположники гигиены и физического воспитания.
2. Источники и пути распространения инфекционных заболеваний. Профилактика инфекционных заболеваний.

3. Гигиеническое значение воздуха высокой и низкой температуры. Профилактика неблагоприятного влияния.
4. Гигиеническое значение атмосферного давления, движения воздуха и различной влажности. Профилактика неблагоприятного влияния.
5. Приборы для контроля температуры, влажности, атмосферного давления и скорости движения воздуха. Устройство и правила пользования.
6. Приборы, применяемые для измерения запыленности и микробной обсемененности воздуха. Устройство и правила пользования.
7. Значение воздушно-теплого режима для физкультурно- спортивной деятельности.
8. Состав солнечной радиации, её гигиеническое значение. Использование в спортивной практике ультрафиолетовой радиации.
9. Гигиеническое значение механических примесей воздуха. Мероприятия по снижению запыленности воздуха крытых спортивных сооружений.
10. Гигиеническое значение микроорганизмов воздуха. Мероприятия по снижению микробной обсемененности воздуха крытых спортивных сооружений.
11. Гигиенические требования к воде плавательных бассейнов.
12. Гигиеническое значение воды и нормы потребления. Использование гидропроцедур в спорте.
13. Гигиеническая характеристика методов обеззараживания воды плавательных бассейнов.
14. Гигиеническая характеристика методов осветления и обеззараживания воды в условиях турпохода.
15. Гигиенические требования к качеству воды бассейнов на естественных водоёмах.
16. Гигиенические требования к построению рационального режима дня спортсменов.
17. Гигиенические требования к уходу за кожей и полостью рта. Профилактика гнойничковых заболеваний.
18. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Уход за одеждой и обувью.
19. Роль физической культуры и спорта для профилактики курения, злоупотребления алкоголем и наркомании.
20. Гигиенические принципы закаливания и его значение.
21. Гигиенические требования к закаливанию водой.
22. Гигиенические требования к закаливанию воздухом.
23. Гигиенические требования к закаливанию солнечными лучами.
24. Гигиенические требования к организации рационального питания.
25. Гигиенические требования к питанию спортсменов накануне и в дни соревнований, на дистанции и в периоде восстановления.
26. Дополнительное питание и его содержание.
27. Гигиенические требования к питанию спортсменов во время регулировки и сгонки веса в различных климатических условиях.
28. Биологическая роль, содержание в продуктах и нормы потребления белков.
29. Биологическая роль, содержание в продуктах и нормы потребления жиров.
30. Биологическая роль, содержание в продуктах и нормы потребления углеводов.
31. Биологическая роль, содержание в продуктах и нормы потребления витаминов.
32. Биологическая роль, содержание в продуктах и нормы потребления минеральных веществ.

- 33.Пищевые продукты и их классификация. Методы оценки доброкачественности пищевых продуктов.
- 34.Пищевые отравления и их профилактика.
- 35.Гигиенические требования к спортивному инвентарю, оборудованию и напольным покрытиям.
- 36.Гигиенические требования к освещению спортивных сооружений.
- 37.Гигиенические требования к вентиляции.
- 38.Гигиенические требования к искусственной вентиляции спортивных сооружений. Определение объема вентиляции и кратности воздухообмена в крытых спортсооружениях.
- 39.Гигиенические требования к отопительным системам.
- 40.Гигиенические требования к выбору мест для строительства спортивных сооружений.
- 41.Гигиенические требования к местам занятий физкультурой.
- 42.Гигиеническая характеристика форм физического воспитания школьников.
- 43.Гигиеническая характеристика физической культуры в среднем и пожилом возрасте.
- 44.Система гигиенических факторов в подготовке спортсменов: структура, задачи и условия функционирования.
- 45.Гигиеническая характеристика оптимальных социально-гигиенических факторов микросреды, условий быта и трудовой деятельности как элемента системы гигиенических факторов в подготовке спортсменов.
- 46.Гигиенические требования к тренировочному процессу и соревнованиям как элемента системы гигиенических факторов в подготовке спортсменов.
- 47.Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в условиях высокой и низкой температуры, в условиях среднегорья.
- 48.Гигиенические требования к условиям проведения тренировок и соревнований в избранном виде спорта.
- 49.Гигиенические требования к экипировке спортсменов в избранном виде спорта.
- 50.Гигиенические мероприятия, направленные на повышение работоспособности и эффективности процессов восстановления.

Темы письменных работ

Данный вид работ для дисциплины не предусмотрен

7.3 Образцы тестовых заданий

1.Что изучает дисциплина гигиена?

- а) Гигиена – это медицинская наука о сохранении и укреплении здоровья населения, она изучает влияние различных факторов окружающей среды и социальных условий на здоровье человека
- б) Это наука, изучающая физиологические процессы в организме человека. В которой рассматриваются физиологические сдвиги ЦНС.
- в) Гигиена – основа профилактики. В которой изучаются единства организма человека с окружающей средой, только для людей с ослабленным здоровьем.

2. Кто являлся основоположником научной гигиены в 19в?

- а) Основоположниками гигиены являлись М. Петенкоффер, Э.Паркс,Ф.Ф.Эрисман, А.П.Доброславин.
- б) Большую роль сыграли А.А.Минх,
- в) Виднейший представитель отечественной медицины А.В, Мольков

3. Перечислите методы гигиенических исследований:

- а) Биохимический метод
- б) Экспериментально диагностический
- в) Санитарно-статистический, экспериментальный, бактериологический

4) Что входит в структуру Здорового образа жизни?

- а) Диетическое питание, раздельное питание
- б) Отсутствие вредных привычек (курения, употребления спиртных напитков, наркотиков), физические упражнения
- в) Малая физическая подвижность

5) Какие болезнетворные возбудители находятся во внешней среде ?

- а) Инфекционное заболевание малярия
- б) Опасное инфекционное заболевание СПИД
- в) Возбудители инфекционных болезней: бактерии, вирусы, риккетсии

б) Эпидемия характеризуется:

- а) широким распространением среди населения инфекционных заболеваний, которые охватывают большие группы людей, связанных между собой цепью заражения
- б) Чрезвычайно широким распространением инфекционных заболеваний. Охватывающие целые континенты или весь земной шар
- в) Систематическое возникновение среди населения каких-либо инфекционных заболеваний, связанное главным образом с местными условиями

7) Заразные заболевания, где источником инфекции является человек называются:

- а) зоонозы
- б) антропозоонозы
- в) антропонозы

8) Естественный иммунитет включает в себя:

- а) пассивный иммунитет
- б) активный
- в) стерильный, нестерильный

9) Пути распространения СПИДА:

- а) через больных людей, через кровь и выделения половых органов
- б) при рукопожатии
- в) через поцелуи

10) Какие мероприятия наиболее важны для предупреждения инфекционных заболеваний и борьбе с ними ?

- а) Государственные мероприятия, поскольку предусматривают дальнейшее улучшение условий труда, строительство различных сооружений
- б) Медицинские мероприятия в связи с тем, что проводятся целенаправленно, с учетом основных звеньев эпидемического процесса
- в) Мероприятия, предназначенные для привлечения к спортивно-массовой работе

11. На что влияет температура воздуха?

- а) Температура воздуха, прежде всего, влияет на теплообмен — один из основных видов взаимодействия организма с внешней средой
- б) воздухопроницаемость
- в) гигроскопичность

12. Абсолютная влажность характеризуется:

- а) Необходимым количеством водяных паров для полного насыщения 1 м при определенной температуре или упругость водяных паров при полном насыщении воздуха влагой при данной температуре или количества водяных паров (г).
- б) Отношением абсолютной влажности к максимальной, выраженное в процентах, иными словами – процент насыщения воздуха водяными парами в момент наблюдения.
- в) количеством водяных паров, находящихся в данное время в 1 м кубическом воздуха, или их упругость, измеряемая в миллиметрах ртутного столба

13. Какая необходима норма относительной влажности воздуха для жилых помещений ?

- а) норма относительной влажности воздуха – 40-60 %
- б) норма относительной влажности воздуха составляет – 30-40 %
- в) норма относительной влажности воздуха для жилых помещений – 30-60 %

14. Какая скорость движения воздуха должна быть в спортивных залах для борьбы, настольного тенниса и в крытых катках ?

- а) 0.5 м/с
- б) 0.2 м/с
- в) 0.3 м/с

15. Каким принято считать нормальным атмосферным давлением на уровне моря на широте 45 при температуре воздуха 0 С.

- а) Оно равно 760 мм.рт.ст или 1013 гПа
- б) Равняется 770 мм.рт.ст или 1020 гПа
- в) Составляет 780 мм.рт.ст или 1000 гПа

16. Погода – это:

- а) многолетний режим погоды в данной местности, определяемый закономерностями метеорологических процессов.
- б) климатические условия какого либо участка местности, которые обусловлены или природными факторами, или созданы искусственным путем
- в) сложный динамический комплекс различных атмосферных факторов, который оказывает влияние на организм человека и условия его жизни

17. Согласно установленным гигиеническим нормам питьевая вода должна отвечать следующим требованиям:

- а) обязательно иметь специфический запах
- б) иметь благоприятные органолептические свойства
- в) иметь степень общего бактериального загрязнения

18. Как происходит озонирование воды ?

- а) Происходит в специальных бакторецидных установках, где вода протекает между искусственными источниками ультрафиолетовой радиации.
- б) Осуществляется с помощью озона, который пропускают через нее. Озон не только оказывает бактерицидный эффект, но и улучшает физические свойства воды.
- в) Применяется коагуляция воды с использованием сернокислого алюминия и простейшие фильтры

19. Какие имеются нормы освещенности спортивных залов в (лк) для бадминтона, баскетбола, волейбола, футбола, гандбола при горизонтальной плоскости на поверхность пола

- а) 400 (лк)
- б) 300 (лк)
- в) 350 (лк)

20. Какие имеются нормы освещенности спортивных залов в (лк) для настольного тенниса при горизонтальной плоскости на поверхность стола

а) 400 (лк)

б) 200 (лк)

в) 350 (лк)

7.4.Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

7.4.1. Вопросы к промежуточной аттестации

Семестр ____6____

№ п/п	Вопросы зачету:
1.	Предмет и задачи гигиены
2.	Акклиматизация спортсменов в сложных климатогеографических условиях
3.	Погода климат акклиматизация
4.	Активный иммунитет
5.	Химический состав воздуха
6.	Витаминный комплекс
7.	Психогигиена
8.	Гигиенические требования к освещению спортивных сооружений
9.	Гигиенические основы спортивных сооружений
10.	Загрязнение воздуха и системы очисток
11.	Личная гигиена спортсменов
12.	Гигиенические основы проектирования спортивных сооружений
13.	Формирование двигательной активности школьников
14.	Погода климат акклиматизация
15.	Гигиена воды и почвы
16.	Гигиенические характеристики питьевой воды
17.	Гигиенические требования к отоплению и вентиляции спортивных сооружений
18.	Гигиенические требования к открытым спортивным сооружениям
19.	Гигиенические требования к крытым спортивным сооружениям
20.	Гигиеническая оценка освещения
21.	Гигиеническая оценка вентиляции и отопления
22.	Схема санитарно-гигиенической оценки спортивных сооружений закрытого типа
23.	Гигиенические требования к спортивным сооружениям инвалидов
24.	Гигиеническая характеристика почвы
25.	Акклиматизация в сложных климатогеографических условиях
26.	Загрязнение воздуха и системы очисток
27.	Гигиенические требования к крытым спортивным сооружениям
28.	Гигиеническая оценка освещения
29.	Гигиеническая оценка вентиляции и отопления
30.	Схема санитарно-гигиенической оценки спортивных сооружений закрытого типа
31.	Закаливание организма
32.	Основные принципы закаливания
33.	Гигиенические требования к спортивным сооружениям инвалидов
34.	Гигиенические требования к занятиям физической культурой и спортом у инвалидов
35.	Гигиеническая характеристика почвы

7.4.2. Критерии и нормы оценки

Критерии оценки: оценочное средство - доклад, презентация

– **20 баллов** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды; материал доступен для слушателей, в процессе презентации проявляет владение материала;

– **15 баллов** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, недостаточно аргументированы собственные взгляды; есть замечания к манере подачи материала в ходе презентации;

– **10 баллов** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, однако низкая степень раскрытия сущности проблемы, недостаточная обоснованность выбора источников, есть замечания к манере его подачи;

– **0 баллов** выставляется студенту, если он не подготовил доклад и презентацию.

Примечание: Студент выбирает тему для доклада, реферата, презентации и готовит интересное познавательное сообщение по изучаемой теме. На занятии студент делает обзор своего доклада с наглядной презентацией. Студент вправе предложить свою тему для выступления.

Форма проведения промежуточной аттестации	Условия допуска	Критерии и нормы оценки	
Зачёт (устный и практический)	1. Наличие реферата. 2. Наличие конспектов. 3. Тестирование не ниже 70%. 4. Наличие плана учебно-тренировочных занятий по туризму. 5. Наличие положения о проведении соревнования по настольному теннису. 6. Выполнены все практические задания	«зачтено»	по БРС количество баллов составляет 55-100 баллов;
		«не зачтено»	по БРС количество баллов составляет 0-54 баллов

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Обязательная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно- методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1	Карелин А. О.	Гигиена : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Карелин, Г. А. Александрова. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 472 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-14973-9. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/567175 (дата обращения: 30.01.2026).	Электронный ресурс	2025	Образовательная платформа Юрайт
2	Козлов, А. И.	Гигиена и экология человека. Питание : учебник для среднего профессионального образования / А. И. Козлов. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2026. – 187 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-12965-6. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/587768 (дата обращения: 30.01.2026).	Электронный ресурс	2026	Образовательная платформа Юрайт

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно- методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
3	Трифорова, Т. А.	Гигиена и экология человека : учебник для среднего профессионального образования / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2026. – 206 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-06430-8. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: https://urait.ru/bcode/586029 (дата обращения: 30.01.2026).	Учебник	2026	Образовательная платформа Юрайт
4	Дьякова, Н. А.	Гигиена и экология человека / Н. А. Дьякова, С. П. Гапонов, А. И. Сливкин. – 3-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2023. – 300 с. – ISBN 978-5-507-45893-6. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: https://e.lanbook.com/book/291176 (дата обращения: 15.03.2023). – Режим доступа: для авториз. пользователей.	Учебник	2023	Электронно-библиотечная система Лань.
5	Калуц, С. С.	Основы врачебного контроля, лечебной физической культуры и массажа. Массаж : учебное пособие для СПО / С. С.	Учебное пособие	2025	Электронно-библиотечная система Лань.

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно- методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
		<p>Калуп. – 4-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2025. – 56 с. – ISBN 978-5-507-51164-8. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: https://e.lanbook.com/book/506166 (дата обращения: 28.01.2026). – Режим доступа: для авториз. пользователей.</p>			

8.2. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Elibrary[Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва : НЭБ, 2000– . – Режим доступа : elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.

- SpringerLink[Электронный ресурс] : [база данных]. – Switzerland: SpringerNature, 1842– . – Режим доступа : link.springer.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.

- ScienceDirect[Электронный ресурс] : коллекция электронных книг издательства Elsevier. – Netherlands: Elsevier, 2018– . – Режим доступа : sciencedirect.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.

- Cambridgeuniversitypress[Электронный ресурс] : журналы издательства. – Cambridge: Cambridgeuniversitypress, 2018– . – Режим доступа : cambridge.org. – Загл. с экрана. – Яз. англ.

- NEICON[Электронный ресурс] : электронная информация : архив научных журналов. – Москва : НЭИКОH, 2002– . – Режим доступа : neicon.ru/resources/archive. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.

- <https://e.lanbook.com/>

- <https://dspace.tltsu.ru/>

- <http://www.studentlibrary.ru/>

- <https://new.znaniy.com/>

- <http://www.iprbookshop.ru/>

8.3. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1	Windows: WinPro 10 RUS Upgrd OLP NL Acadmс	договор № 757 от 04.07.2018, срок действия – бессрочно; контракт № 1653 от 14.12.2018, срок действия – бессрочно
2	Office Standard: Office Stdandard 2013 Russian OLP NL AcademicEdition	договор № 690 от 19.05.2015, срок действия – бессрочно

8.4. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
1	Кабинет физиологии, анатомии и гигиены. Лаборатория физической и функциональной диагностики. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения	Стационарный проектор, экран, столы ученические двухместные(моноблок), стол преподавательский, стул преподавательский, трибуна

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
	курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций. Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации. (УЛК-514)	
2	Помещение для самостоятельной и воспитательной работы обучающихся (УЛК-105)	Столы, стулья, стеллажи (в т.ч. выставочные) с книгами, компьютеры, мобильные рабочие места.
3	Помещение для самостоятельной и воспитательной работы обучающихся (УЛК-406)	Столы компьютерные, стулья, микрокомпьютеры raspberry pi 32 bit