КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН

практических занятий по гигиене для студентов 1 и 4 курсов АФК
учебные группы: 101-б-о, 401-б-о

№ п/п	Темы занятий	Дата
1	Общая гигиена и экология человека. Основы здорового образа жизни.	03.09.2026
2	Оценка физического развития детей и подростков.	08.09.2026
3	Личная гигиена и закаливание.	17.09.2026
4	Гигиена спортивной одежды и обуви.	22.09.2026
5	Питание как фактор сохранения и укрепления здоровья.	01.10.2026
6	Особенности питания у физкультурников и спортсменов.	06.10.2026
7	Особенности питьевого режима у физкультурников и спортсменов.	15.10.2026
8	Гигиеническое обеспечение тренировочного процесса в различных видах спорта в условиях новой коронавирусной инфекции COVID 19.	20.10.2026
9	Гигиенические требования к условиям воздушной среды в спортивных сооружениях. Виды загрязнений, охрана атмосферного воздуха. Гигиенические основы акклиматизации.	29.10.2026
10	Гигиенические требования к условиям водной среды при занятиях физическими упражнениями и спортом. Гигиенические требования к размещению, планировке, отоплению, вентиляции, освещению спортивных сооружений.	03.11.2026
11	Спортивная тренировка – главное звено подготовки спортсменов. Адаптивный спорт и адаптивная двигательная рекреация – наиболее перспективные виды адаптивной физической культуры.	12.11.2026
12	Основные гигиенические средства, используемые в целях оптимизации процесса восстановления и повышения физической работоспособности инвалидов и лиц пожилого возраста.	17.11.2026
13	Типы размещения спортивных сооружений, освещение, отопление, вентиляция спортивных сооружений.	26.11.2026
14	Гигиенические требования к спортивному инвентарю, оборудованию, напольным покрытиям. Профилактика шума.	01.12.2026
15	Применения восстановительных средств в спорте. Витамины и минералы как средства профилактики переутомления и восстановления работоспособности.	10.12.2026
16	Рациональное построение тренировочного процесса.	15.12.2026
17	Контроль практических навыков по дисциплине.	24.12.2026

Заведующий кафедрой, доцент И.А. Гатило