

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Колледж олимпийского резерва Пермского края»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ВНЕАУДИТОРНОЙ
РАБОТЫ

по дисциплине

Гигиенические основы физической культуры и спорта

специальность **Физическая культура**

квалификация

педагог по физической культуре и спорту

Пермь 2018

Составитель: Трофименкова О.Г., преподаватель ГБПОУ «КОР ПК»

Настоящие методические указания по выполнению самостоятельной работы предназначены для студентов обучающихся по специальности Физическая культура.

Методические указания разработаны в соответствии с требованиями, предъявляемыми к освоению ФГОС .

Основная цель методических указаний - обеспечить студентов методикой выполнения самостоятельной работы во время карантина.

В методических указаниях изложен план выполнения работы.

СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

по гигиеническим основам физической культуры и спорта

Тема: Разнообразие инфекционных заболеваний по источнику

заражения: вирусные, бактериальные, грибковые и гельминтозы

Цель: познакомиться с особенностями инфекционных заболеваний и гигиеническим способам защиты от них.

Основные понятия: инфекции, вирулентность, источник заражения, пути передачи, иммунитет, вирусы, бактерии и их разнообразие, вакцинация, грибки как источники болезней, гельминтозы, основные гигиенические правила.

Задания:

1. Выписать определения основных понятий.
2. Составить план индивидуальной профилактики инфекций.
3. Подготовить (письменно) сообщение на тему: «Современные инфекционные заболевания и их профилактика».

Норма времени на выполнение самостоятельной работы: 2 часа

Требования к оформлению самостоятельной работы: все задания выполняются в рабочей тетради по предмету.

Литература: Коваль В.И., Родионова Т.А. Гигиена физического воспитания и спорта, учебник, М., Академия, 2013г.

Внимание! Выполненная работа подлежит проверке перед началом следующего занятия. Оценка за данную работу выставляется в журнал.