

АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Гигиена физического воспитания и спорта

Цель – овладение обучающимися современными научными знаниями в области общей гигиены и гигиены физической культуры и спорта, овладение практическими навыками формирования здорового образа жизни и эффективного применения различных гигиенических факторов в физкультурно-спортивной деятельности в том числе лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья.

Задачи дисциплины:

1. овладение студентами научными знаниями и практическими навыками комплексного применения различных гигиенических факторов для сохранения и укрепления здоровья населения страны;
2. формирования здорового образа жизни среди различных континентов населения;
3. целенаправленное использование различных гигиенических факторов для повышения оздоровительного эффекта занятий физическими упражнениями и достижения высоких спортивных результатов.