

УДК 613.72

Г 83

Методические рекомендации утверждены и рекомендованы
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 122 от «08» февраля 2022 г.

«Гигиеническая оценка почвы и воды (среда для занятий физической культурой и спортом)»: Методические рекомендации к практическим занятиям по гигиене для обучающихся РГУФКСМиТ по направлениям подготовки: 49.03.01 ««Физическая культура», профиль подготовки: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта». М., ИКЦ «Колос-с». - 2023. – 76 с.

ISBN 978-5-00129-338-5

2

Авторы: Григорьева Ольга Валентиновна – кандидат педагогических наук, доцент

Арбузова Наталья Александровна – соискатель кафедры спортивной медицины

Рецензент: Гричанова Т.Г. – кандидат биологических наук, доцент кафедры анатомии и биологической антропологии

Методические рекомендации предназначены для активизации самостоятельной работы студентов. В них рассмотрены основные материалы и документы, позволяющие студентам спортивных вузов выполнять необходимые практические работы, которые являются обязательным дополнением к учебнику «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности».

ОГЛАВЛЕНИЕ

	Стр.
Введение	4
Раздел 1. Гигиеническое значение почвы	6
1.1. Состав и физические свойства почвы	6
1.2. Химический состав почвы	9
1.3. Самоочищение почвы	11
1.4. Эпидемиологическое значение почвы	12
1.5. Химическое и радиоактивное загрязнение почвы	18
1.6. Гигиеническое обоснование выбора почв для спортивных сооружений	19
1.7. Самоконтроль усвоения темы	20
Раздел 2. Гигиеническое значение воды	22
2.1. Роль воды в жизнедеятельности человека	22
2.2. Системы водоснабжения	33
2.3. Органолептические свойства воды	41
2.4. Химический состав воды	48
2.5. Жесткость воды	59
2.6. Очистка воды	61
2.7. Бактериальная загрязненность воды	63
2.8. Обеззараживание воды	67
2.9. Самоконтроль усвоения темы	70
Приложение	72
Рекомендуемая литература	74