

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ

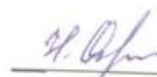
Утверждено:
на заседании кафедры
протокол №11 от «29» мая 2017 г.

Зав.кафедрой



/А.С. Гаязов

Согласовано:
Председатель УМК факультета



/ Н.В. Асафьева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина: Основы здорового образа жизни
Б1.Б.13.07
базовая

Программа бакалавриата

Направление подготовки:
44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование

Профиль подготовки:
Дошкольная дефектология

Квалификация
бакалавр

Составитель:
доцент, к.м.н.

Г.А.Гаязова



Для приема: 2017 г.

Уфа 2017

Составитель: доцент, к.м.н. ГаязоваГ.А.

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры педагогики, протокол № 11 от «14» июня 2018 г.

Заведующий кафедрой



/ Гаязов А.С.

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры педагогики, протокол № 9 от «28» мая 2019 г.

Заведующий кафедрой



/ Гаязов А.С.

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры педагогики, протокол № 9 от «09» апреля 2020 г.

Заведующий кафедрой



/ Гаязов А.С.

Список документов и материалов

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных спланируемыми результатами освоения образовательной программы	4
2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы	6
3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных	6

занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)	
4. Фонд оценочных средств по дисциплине	11
4.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	11
4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций	15
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	31
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	31
5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины	33
6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине	34

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы
(с ориентацией на карты компетенций)

Результаты обучения	Формируемая компетенция (с
---------------------	----------------------------

		указанием кода)
Знания	1. Знать закономерности психофизического развития человека, содержание основных этапов онтогенеза психофизического развития	ОК-8.Готовность укреплять здоровье, поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	2. Знать здоровьесберегающие технологии и способы их реализации	
	3. Знать морфофункциональные особенности организма в норме и у лиц с ОВЗ, физиологические и генетические закономерности и особенности развития лиц с ОВЗ	
	4. Знать биологические, социальные и психологические факторы риска и методы профилактики нарушений	
	5. Знать основы формирования культуры здоровья лиц с ОВЗ	
	Иметь представление о биологических, социальных и психологических факторах риска психических расстройств	ПК-5.Способность к проведению психолого-педагогического обследования лиц с ограниченными возможностями здоровья, анализу результатов комплексного медико-психолого-педагогического обследования лиц с ограниченными возможностями здоровья на основе использования клинико-психолого-педагогических классификаций нарушения развития.
Умения	Уметь работать в команде специалистов разного профиля по созданию условий медико-психолого-педагогического сопровождения лиц с ОВЗ	ОК-8.Готовность укреплять здоровье, поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	Уметь выявлять потенциальные возможности обучения, воспитания, социальной адаптации и интеграции лиц с ОВЗ, определять образовательный маршрут, задачи оказания комплексной помощи лицам с ОВЗ	ПК-5.Способность к проведению психолого-педагогического обследования лиц с ограниченными возможностями здоровья, анализу результатов комплексного медико-психолого-педагогического обследования лиц с ограниченными возможностями здоровья на основе использования клинико-психолого-педагогических классификаций нарушения развития.

Владения (навыки / опыт деятельности)	Владеть навыками организации профессиональной деятельности с учетом современных методов оздоровления лиц с ОВЗ	ОК-8.Готовность укреплять здоровье, поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	Владеть навыками организации просветительской деятельности с лицами с ОВЗ и их семьями по вопросам сохранения и укрепления здоровья	
	Владеть навыками анализа и интерпретации результатов диагностического обследования лиц с ОВЗ	ПК-5.Способность к проведению психолого-педагогического обследования лиц с ограниченными возможностями здоровья, анализу результатов комплексного медико-психолого-педагогического обследования лиц с ограниченными возможностями здоровья на основе использования клинико-психолого-педагогических классификаций нарушения развития.

2.Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Целью учебной дисциплины «Основы здорового образа жизни» является формирование системы знаний, умений и навыков о закономерностях психофизического развития человека, содержании основных этапов онтогенеза психофизического развития; морфофункциональных особенностях организма в норме и у лиц с ОВЗ, физиологических и генетических закономерностях и особенностях развития лиц с ОВЗ; биологических, социальных и психологических факторах риска и методах профилактики нарушений; основах формирования культуры здоровья лиц с ОВЗ; здоровьесберегающих технологиях и способах их реализации, определяющих умение выявлять потенциальные возможности обучения, воспитания, социальной адаптации и интеграции лиц с ОВЗ, определять образовательный маршрут, задачи оказания комплексной помощи лицам с ОВЗ; навыки организации профессиональной деятельности с учетом современных методов оздоровления лиц с ОВЗ; навыки организации просветительской деятельности с лицами с ОВЗ и их семьями по вопросам сохранения и укрепления здоровья.

Дисциплина «Основы здорового образа жизни» относится к модулю «Медико-биологические основы дефектологии» базовой части профессионального цикла дисциплин. Дисциплина изучается на II курсе 3 семестре.

Для освоения дисциплины «Основы здорового образа жизни» студенты используют знания, умения и навыки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Возрастная анатомия и физиология», «Основы генетики», «Основы нейрофизиологии и высшей нервной деятельности». В процессе изучения данных дисциплин формируются входные знания морфофункциональных особенностей организма в норме и у лиц с ОВЗ, физиологических и генетических закономерностей и особенностей развития лиц с ОВЗ, умение проводить прогностическую оценку дальнейшего психофизического развития лиц с ОВЗ и предупреждать переход небольших нарушений психофизического состояния организма в хронические формы, навыки оценки психофизиологического статуса ребенка и оказания доврачебной помощи и тд.

Освоение дисциплины «Основы здорового образа жизни» является основой для последующего изучения дисциплин: «Невропатология», «Психопатология», «Клиника интеллектуальных нарушений», «Нейропсихология», а также основой для понимания и использования основ здорового образа жизни в процессе организации профессиональной деятельности с использованием здоровьесберегающих технологий и с учетом современных методов оздоровления лиц с ОВЗ

3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
дисциплины: Возрастная анатомия и физиология
на 3 семестр
форма обучения заочная

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	2/72
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	
лекций	6
практических/ семинарских	8
лабораторных	
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) (ФКР)	0,2
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР) включая подготовку к экзамену	53,8
Учебных часов на подготовку к экзамену/зачету/дифференцированному зачету (Контроль)	4

Форма контроля:

Зачет 3 семестр

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)				Основная и дополнитель ная литература, рекомендуем ая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, контрольные работы, компьютерные тесты и т.п.)
		ЛК	ПР/СЕ М	ЛР	СРС			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Общественное здоровье, его состояние и динамика демографических показателей в современной России	2			5,8	1; 2; 6	подготовка ответов на вопросы для собеседования (25-28) и к/р	Опрос-собеседование, к/р
2	Учение о здоровье, его характеристика, значение, роль и место среди направлений науки, занимающихся изучением здоровья человека	2			6	1; 2; 3	подготовка ответов на вопросы для собеседования (1-6) и к/р	Опрос-собеседование, к/р
3	Здоровье, его характеристики и подходы к определению понятия		2		6	1; 2; 3	подготовка ответов на вопросы для собеседования (7-11); доклада-презентации в программе Microsoft Power Point (тема 1) и к/р	Опрос-собеседование, Защита доклада-презентации в программе Microsoft Power Point, к/р
4	Образ жизни и здоровье человека		2		6	1; 2; 5	подготовка ответов на вопросы для собеседования (13-17; 22; 29-33) и к/р	Опрос-собеседование, решение ситуационных задач, к/р
5	Трудовая деятельность и здоровье		2		6	1; 2; 3	подготовка ответов на вопросы для собеседования (23-24) и к/р	Опрос-собеседование, решение ситуационных задач, к/р
6	Движение и здоровье. Оздоровительная физическая культура и общеразвивающие виды спорта	2			6	1; 2; 5	подготовка ответов на вопросы для собеседования (12; 15; 18); доклада-презентации в	Опрос-собеседование, Защита доклада-презентации в программе Microsoft Power Point, к/р

							программе Microsoft Power Point (тема 4-7) и к/р	
7	Рациональное питание и здоровье человека. Гигиенические требования к составу пищевого рациона и режима питания		2		6	1; 2; 3; 4	подготовка ответов на вопросы для собеседования (14; 19-21); доклада-презентации в программе Microsoft Power Point (тема 8) и к/р	Опрос-собеседование, Защита доклада-презентации в программе Microsoft Power Point, к/р
8	Гендерные отношения и здоровье. Сексуальные отношения их формы и проявления. Факторы риска нарушений здоровья				6	1; 2; 5	подготовка ответов на вопросы для собеседования (34-45); доклада-презентации в программе Microsoft Power Point (тема 10;12) и к/р	Опрос-собеседование, Защита доклада-презентации в программе Microsoft Power Point, решение ситуационных задач, к/р
9	Вредные привычки и болезненные пристрастия				6	1; 2; 5; 6	подготовка ответов на вопросы для собеседования (46-51); доклада-презентации в программе Microsoft Power Point (тема 2-3; 9; 11) и к/р	Опрос-собеседование, Защита доклада-презентации в программе Microsoft Power Point, к/р
Всего 72 часа		6	8		53,8		Контрольная работа	зачет

4.Фонд оценочных средств по дисциплине

4.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

ОК-8. Готовность укреплять здоровье, поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Этап, уровень освоения компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения	
		Не зачтено	Зачтено
Первый этап Пороговый уровень	Знать: закономерности психофизического развития человека, содержание основных этапов онтогенеза психофизического развития, здоровьесберегающие технологии и способы их реализации, морфофункциональные особенности организма в норме и у лиц с ОВЗ, физиологические и генетические закономерности и особенности развития лиц с ОВЗ; знать биологические, социальные и психологические факторы риска и методы профилактики нарушений, основы формирования культуры здоровья лиц с ОВЗ	Имеет фрагментарные знания о закономерностях психофизического развития человека, содержании основных этапов онтогенеза психофизического развития, морфофункциональных особенностях организма в норме и у лиц с ОВЗ, физиологических и генетических закономерностях и особенностях развития лиц с ОВЗ; не знает здоровьесберегающие технологии и способы их реализации, методы профилактики нарушений, основы формирования культуры здоровья лиц с ОВЗ.	Знает закономерности психофизического развития человека, содержание основных этапов онтогенеза психофизического развития, здоровьесберегающие технологии и способы их реализации, морфофункциональные особенности организма в норме и у лиц с ОВЗ, физиологические и генетические закономерности и особенности развития лиц с ОВЗ; биологические, социальные и психологические факторы риска и методы профилактики нарушений, основы формирования культуры здоровья лиц с ОВЗ
Второй этап Базовый уровень	Уметь работать в команде специалистов разного профиля по созданию условий медико-психолого-педагогического сопровождения лиц с ОВЗ	Не показывает сформированные умения к социальному взаимодействию в команде специалистов разного профиля по созданию условий медико-психолого-педагогического сопровождения лиц с ОВЗ	Демонстрирует отличные способности к социальному взаимодействию в команде специалистов разного профиля по созданию условий медико-психолого-педагогического сопровождения лиц с ОВЗ

Третий этап Повышенный уровень	Владеть навыками организации профессиональной деятельности с учетом современных методов оздоровления лиц с ОВЗ; навыками организации просветительской деятельности с лицами с ОВЗ и их семьями по вопросам сохранения и укрепления здоровья.	Демонстрирует сложности в проектировании профессиональной деятельности с учетом современных методов оздоровления лиц с ОВЗ; испытывает затруднения в выборе практических задач по организации просветительской деятельности с лицами с ОВЗ и их семьями по вопросам сохранения и укрепления здоровья.	Уверенно использует навыки организации профессиональной деятельности с учетом современных методов оздоровления лиц с ОВЗ; владеет навыками организации просветительской деятельности с лицами с ОВЗ и их семьями по вопросам сохранения и укрепления здоровья
--------------------------------------	--	---	---

ПК-5. Способность к проведению психолого-педагогического обследования лиц с ограниченными возможностями здоровья, анализу результатов комплексного медико-психолого-педагогического обследования лиц с ограниченными возможностями здоровья на основе использования клинико-психолого-педагогических классификаций нарушения развития.

Этап, уровень освоения компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения	
		Не зачтено	Зачтено
Первый этап Пороговый уровень	Иметь представление о биологических, социальных и психологических факторах риска психических расстройств	Имеет фрагментарные знания о биологических, социальных и психологических факторах риска психических расстройств	Знает биологические, социальные и психологические факторы риска психических расстройств
Второй этап Базовый уровень	Уметь выявлять потенциальные возможности обучения, воспитания, социальной адаптации и интеграции лиц с ОВЗ, определять образовательный маршрут, задачи оказания комплексной помощи лицам с ОВЗ	Не показывает сформированные умения выявлять потенциальные возможности обучения, воспитания, социальной адаптации и интеграции лиц с ОВЗ, определять образовательный маршрут, задачи оказания комплексной помощи лицам с ОВЗ	Демонстрирует отличные способности выявлять потенциальные возможности обучения, воспитания, социальной адаптации и интеграции лиц с ОВЗ, определять образовательный маршрут, задачи оказания комплексной помощи лицам с ОВЗ
Третий этап Повышенный уровень	Владеть навыками анализа и интерпретации результатов диагностического обследования лиц с ОВЗ	Не владеет навыками анализа и интерпретации результатов диагностического обследования лиц с ОВЗ	Владеет навыками анализа и интерпретации результатов диагностического обследования лиц с ОВЗ

4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Этапы освоения	Результаты обучения	Компетенция	Оценочные средства
1-й этап Знания	1. Знать закономерности психофизического развития человека, содержание основных этапов онтогенеза психофизического развития	ОК-8. Готовность укреплять здоровье, поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Опрос-собеседование, защита доклада-презентации в программе Microsoft Power Point, контрольная работа
	2. Знать здоровьесберегающие технологии и способы их реализации		Опрос-собеседование, защита доклада-презентации в программе Microsoft Power Point, контрольная работа
	3. Знать морфофункциональные особенности организма в норме и у лиц с ОВЗ, физиологические и генетические закономерности и особенности развития лиц с ОВЗ		Опрос-собеседование, защита доклада-презентации в программе Microsoft Power Point, контрольная работа
	4. Знать биологические, социальные и психологические факторы риска и методы профилактики нарушений		Опрос-собеседование, защита доклада-презентации в программе Microsoft Power Point, контрольная работа
	5. Знать основы формирования культуры здоровья лиц с ОВЗ		Опрос-собеседование, защита доклада-презентации в программе Microsoft Power Point, контрольная работа
	Иметь представление о биологических, социальных и психологических факторах риска психических расстройств		ПК-5. Способность к проведению психолого-педагогического обследования лиц с ограниченными возможностями здоровья, анализу результатов комплексного медико-психолого-педагогического обследования лиц с ограниченными возможностями здоровья на основе использования клинико-психолого-педагогических классификаций нарушения развития.

2-й этап Умения	Уметь работать в команде специалистов разного профиля по созданию условий медико-психолого-педагогического сопровождения лиц с ОВЗ	ОК-8. Готовность укреплять здоровье, поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Опрос-собеседование, защита доклада-презентации в программе Microsoft Power Point, решение ситуационных задач, контрольная работа
	Уметь выявлять потенциальные возможности обучения, воспитания, социальной адаптации и интеграции лиц с ОВЗ, определять образовательный маршрут, задачи оказания комплексной помощи лицам с ОВЗ	ПК-5. Способность к проведению психолого-педагогического обследования лиц с ограниченными возможностями здоровья, анализу результатов комплексного медико-психолого-педагогического обследования лиц с ограниченными возможностями здоровья на основе использования клинико-психолого-педагогических классификаций нарушения развития.	Опрос-собеседование, защита доклада-презентации в программе Microsoft Power Point, решение ситуационных задач, контрольная работа
3-й этап Владеть навыками	1. Владеть навыками организации профессиональной деятельности с учетом современных методов оздоровления лиц с ОВЗ	ОК-8. Готовность укреплять здоровье, поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	решение ситуационных задач, контрольная работа
	2. Владеть навыками организации просветительской деятельности с лицами с ОВЗ и их семьями по вопросам сохранения и укрепления здоровья		контрольная работа
	Владеть навыками анализа и интерпретации результатов диагностического обследования лиц с ОВЗ	ПК-5. Способность к проведению психолого-педагогического обследования лиц с ограниченными возможностями здоровья, анализу результатов комплексного медико-психолого-педагогического обследования лиц с ограниченными возможностями здоровья на основе использования клинико-психолого-педагогических классификаций нарушения развития.	решение ситуационных задач, контрольная работа

Оценочные средства

А. Контрольная работа - средство проверки умений применять полученные знания для решения задач определенного типа по теме или разделу. Контрольная работа – письменное задание, выполняемое в течение заданного времени (в условиях аудиторной работы – от 30 минут до 2 часов, от одного дня до нескольких недель в случае внеаудиторного задания). Как правило, контрольная работа предполагает наличие определенных ответов на поставленные вопросы и решение ситуационных задач.

Критерии оценки выполнения контрольной работы:

- соответствие предполагаемым ответам;
- правильное использование алгоритма выполнения действий (методики, технологии и т.д.);
- логика рассуждений;
- неординарность подхода к решению.

Перечень вопросов для выполнения контрольной работы

1. Законодательные и нормативно-правовые акты РФ в области обеспечения здоровьесберегающей и безопасной образовательной среды. Их основные положения.
2. Понятия «образовательная среда» «образовательное пространство», «субъекты обеспечения безопасности в образовательных учреждениях».
3. Потенциальные внутренние и внешние угрозы субъектам обеспечения безопасности в образовательных учреждениях.
4. Интенсификация образовательного процесса и здоровье школьников.
5. Правовые основы охраны здоровья учащихся и воспитанников образовательных учреждений.
6. Факторы риска здоровью учащихся, воспитанников образовательных учреждений.
7. Организация медицинского обеспечения, профилактических осмотров и диспансеризации учащихся и воспитанников образовательных учреждений.
8. Виды лечебно-профилактической помощи оказываемые школьникам в условиях образовательного учреждения.
9. Организация оздоровления обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья в условиях школы.
10. Центры содействия укреплению здоровья учащихся и воспитанников образовательных учреждений: структура, состав, задачи.
11. Роль администрации, педагогов, воспитателей в организации здоровьесберегающей образовательной среды.
12. Принципы здоровьесберегающей педагогики
13. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Основные виды, их содержание и взаимосвязь.
14. Инновационные педагогические технологии здоровьесбережения.
15. Основные положения Федерального закона «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».
16. Понятие о гигиене детей и подростков.
17. Санитарно-гигиенические требования к зданиям образовательных учреждений.
18. Санитарно-гигиенические требования к содержанию образовательных учреждений.
19. Санитарно-гигиенические требования к школьным помещениям.
20. Гигиенические требования к обеспечению безопасного труда учащихся в учебном процессе.
21. Санитарно-гигиенические требования и возрастные особенности организации учебного процесса в образовательных учреждениях.

22. Санитарно-гигиенические требования к организации проведения трудового обучения в образовательных учреждениях.
23. Понятие «школьные болезни». Их краткая характеристика.
24. Гигиенические условия профилактики «школьных болезней».
25. Понятие об охране труда и технике безопасности в образовательных учреждениях.
26. Организационные меры профилактики несчастных случаев и травматизма в образовательных учреждениях.
27. Санитарно-гигиенические требования к организации питания детей в школе.
28. Современное состояние инфекционной заболеваемости детского населения. Содержание мер общественной и индивидуальной профилактики инфекционных заболеваний.
29. Роль и взаимодействие медицинских и педагогических работников в организации противоэпидемического режима и проведении противоэпидемических мероприятий в образовательных учреждениях.
30. Федеральный Закон «О вакцинопрофилактике». Календарь профилактических прививок.
31. Школьные стрессы и дидактогении. Гигиенические условия профилактики дидактогенных неврозов.
32. Методики предупреждения раннего утомления и повышения умственной работоспособности.
33. Профилактика гиподинамии в учебном процессе.
34. Психолого-педагогическое обеспечение здоровьесберегающей образовательной среды. Психологическая служба образования.
35. Профилактика употребления психоактивных веществ в образовательных учреждениях. Наркологические посты.

Б. Доклад-презентация – подготовленное студентом самостоятельно публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-практической, учебно-исследовательской или научной проблемы.

Количество и вес критериев оценки доклада зависят от того, является ли доклад единственным объектом оценивания или он представляет собой только его часть.

Доклад как единственное средство оценивания эффективен, прежде всего, тогда, когда студент представляет результаты своей собственной учебно/научно-исследовательской деятельности, и важным является именно содержание и владение представленной информацией. В этом случае при оценке доклада может быть использована любая совокупность из следующих критериев:

- соответствие выступления теме, поставленным целям и задачам;
- проблемность / актуальность;
- новизна / оригинальность полученных результатов;
- глубина / полнота рассмотрения темы;
- доказательная база / аргументированность / убедительность / обоснованность выводов;
- логичность / структурированность / целостность выступления;
- речевая культура (стиль изложения, ясность, четкость, лаконичность, красота языка, учет аудитории, эмоциональный рисунок речи, доходчивость, пунктуальность, невербальное сопровождение, оживление речи афоризмами, примерами, цитатами и т.д.);
- используются ссылки на информационные ресурсы (сайты, литература);
- наглядность / презентабельность (если требуется);
- самостоятельность суждений / владение материалом / компетентность.

Если доклад сводится к краткому сообщению (10 минут), может сопровождаться презентацией (10-15 слайдов) и не может дать полного представления о проведенной

работе, то необходимо оценивать ответы на вопросы и, если есть, отчет/пояснительную записку.

Параметры оценочного средства (пример для доклада-презентации)

Предлагаемое количество тем	10
Предел длительности контроля	Общее время 90 мин.
Критерии оценки: - соответствие выступления теме, поставленным целям и задачам; - показал понимание темы, умение критического анализа информации; - продемонстрировал знание методов изучения ... и умение их применять; - обобщил информацию с помощью таблиц, схем, рисунков и т.д.; - сформулировал аргументированные выводы; - оригинальность и креативность при подготовке презентации;	макс 10 баллов
«5», если	(9 – 10) баллов
«4», если	(8 – 7) баллов
«3», если	(6 – 5) баллов

Перечень тем докладов- презентаций

1. Понятие о здоровье. Элементы здорового образа жизни (оптимальный двигательный режим, закаливание, рациональное питание, соблюдение режима труда и отдыха).

2. Психоактивные вещества. Классификация. Характеристика отдельных групп психоактивных веществ (препараты опия, конопли, галлюциногены). Первичная и вторичная профилактика наркомании.

3. Механизм формирования психической и физической зависимости от наркотических веществ. Характеристика отдельных групп психоактивных веществ (психостимуляторы, ингалянты, снотворные и седативные средства). профилактика наркомании в учебных заведениях.

4. Закаливание, определение, принципы. Физиологические механизмы закаливания.

5. Общие и местные водные закаливающие процедуры. Их характеристика. Самоконтроль при закаливании.

6. Роль двигательного режима и аэробных упражнений в снижении психоэмоционального напряжения. Самоконтроль при занятиях физкультурой.

7. Движение и его роль в стимуляции всех систем жизнеобеспечения и индивидуального развития организма. Оптимальный двигательный режим, его принципы.

8. Режим питания. Причины гиповитаминозов, их профилактика. Организация питания школьников.

9. Влияние употребления алкоголя и наркотиков на функции деторождения, внутриутробное развитие плода.

10. Вирусный гепатит А, сывороточный гепатит: возбудители, источники заражения, пути передачи инфекции, симптомы, профилактика.

11. Наркомании и токсикомании. Общие закономерности течения наркоманий, токсикоманий. Биологические и социальные последствия для общества приобщения подростков к наркотическим веществам.

12. Инфекции, передающиеся контактно-бытовым путем (микозы): возбудители, источники. Способы заражения, меры профилактики.

В.Собеседование – выяснение уровня знаний по проработанной теме, умение анализировать и обобщать материал.

Критерии оценки собеседования:	
- продемонстрирована способность анализировать и обобщать информацию;	
- продемонстрирована способность синтезировать новую информацию;	
- сделаны обоснованные выводы на основе интерпретации информации, разъяснения;	
- установлены причинно-следственные связи, выявлены закономерности;	
«5» (5 баллов), если	Задание выполнено полностью
«4» (4 балла) , если	Задание выполнено с незначительными погрешностями
«3» (3 балла), если	Обнаруживает знание и понимание большей части задания

Перечень контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы

1. В чём состоит неотложная необходимость оздоровления населения нашей страны?
2. Учебная литература по валеологии (назовите известные вам книги и учебные пособия).
3. Место валеологии среди других наук, её цель, задачи, предмет и объект изучения.
4. Определения понятия «Здоровье» в Уставе ВОЗ. Другие определения понятия «Здоровье».
5. Показатели общественного здоровья, их характеристика и динамика за период 1987-2009г.
6. Показатели индивидуального здоровья человека и их определение.
7. Компоненты здоровья и их характеристика.
8. Факторы, оказывающие влияние на здоровье человека, и их значение.
9. Определение понятий: «Образ жизни», «Здоровый образ жизни», «Уровень жизни», «Стандарт жизни», «Качество жизни», «Стиль жизни», «Уклад жизни».
10. Содержание понятия «Здоровый образ жизни» и его характеристика.
11. Факторы риска нарушений здоровья и их характеристика.
12. Факторы риска развития сердечно-сосудистых заболеваний.
13. Факторы риска заболеваний органов дыхания.
14. Факторы риска функциональных расстройств и заболеваний органов пищеварения.
15. Факторы риска развития патологии опорно-двигательного аппарата.
16. Факторы риска развития функциональных расстройств нервной системы.
17. Факторы риска патологии зрительного и слухового анализаторов.
18. Двигательная активность человека и его здоровье: факторы риска заболеваний.
19. Питание и здоровье человека. Принципы рационального питания.
20. Чем вреден избыточный вес?
21. Что такое «Индекс массы тела» и как он определяется?
22. Вредные привычки и здоровье человека: курение табака. В чём состоит вред курения?
23. Вредные привычки и болезненные пристрастия: эпизодическое употребление алкоголя – бытовое пьянство – хронический алкоголизм.
24. Социальные последствия алкоголизации населения.
25. Вредные привычки, девиантное поведение, болезненные пристрастия: наркомания и токсикомания. Социальные последствия токсикомании и наркомании.

26. Функциональные расстройства нервной системы: неврозы, их виды, происхождение, проявления и профилактика.
27. Учебный процесс в современной школе и здоровье учащихся.
28. Гигиенические требования к организации ведения учебного процесса в школе.
29. Определение понятия «Болезнь». Причины и условия возникновения заболеваний.
30. Психическое здоровье: мотивация деятельности и поведения человека.
31. Потенциалы личности и пути их реализации в развитии индивида.
32. Методы оценки состояния здоровья человека: показатели деятельности систем дыхания и кровообращения, их оценка.
33. Гипоксические состояния, их виды и происхождение у здоровых и больных людей.
34. Иммуитет и здоровье человека. Биологическая роль иммунной системы.
35. Понятие о патологии иммунного реагирования.
36. Иммунодефицитные состояния, - их виды и происхождение.
37. ВИЧ/СПИД-инфекция, - её происхождение, течение, проявления и профилактика.
38. Наследственность и здоровье человека. Понятие о генной и хромосомной патологии.
39. Медико-генетическое консультирование, его значение в предупреждении наследственной патологии.
40. Репродуктивное здоровье и его нарушения.
44. Профилактика инфекций, передаваемых половым путём.
45. Роль семьи и родителей в обеспечении здоровья детей, в создании оптимальных условий для их развития и социализации.
46. Современные методы профилактики наркотической зависимости и алкоголизма.
47. Современные методы реабилитации наркозависимых.

Задачи по дисциплине «Основы здорового образа жизни»

Задача 1. У молодого педагога после пяти лет работы в школе появилась осиплость голоса: голос утратил свою звонкость и чистоту. Педагог раздражен, чувствует постоянную тревогу, жалуется на комок в горле, быструю утомляемость голоса. Ваш предположительный диагноз? Механизм развития и меры профилактики данного состояния.

Задача 2. Молодой человек участвовал в драке. Ему разбили губу, поранили плечо. После драки вместе с друзьями, участвовавшими в драке, он курил общую сигарету и пил пиво из общей бутылки. Через месяц на нижней губе у молодого человека появилась безболезненная язвочка вогнутой формы, похожая на высыпания при простуде. Через несколько дней увеличились подчелюстные лимфатические узлы. При исследовании крови реакция Вассермана оказалась положительной.

Ваш предположительный диагноз? Как произошло заражение? Какие меры профилактики данного заболевания вы можете назвать?

Задача 3. В начале 80-х годов семья москвичей 3 года работала по контракту в одной из стран Западной Африки. В течение этого периода времени мужу в связи с возникшим желудочно-кишечным кровотечением несколько раз переливали донорскую кровь. По возвращении на родину жена родила ребенка. Спустя 4 месяца женщину стали беспокоить частые поносы, хотя она не меняла режима питания, постоянно держалась температура 37,2-37,6°C, одновременно увеличились лимфатические узлы в подмышечной и паховой областях. Женщина быстро теряла в весе, на коже появились гнойничковые высыпания. У ребенка те же симптомы появились спустя месяц.

Ваш предположительный диагноз? Как произошло заражение? Какие меры профилактики были бы необходимы в данном случае?

Задача 4. Ученик школы-интерната, 15 лет, заболел остро. Появился сильный озноб, температура тела поднялась до 38,5°C. Жалуется на головные боли, боль в горле при глотании. На следующий день появилась охриплость голоса, грубый лающий кашель. При осмотре – кожа бледная, зев гиперемирован, на миндалинах и задней стенке глотки – сплошные светло-серые налеты, которые не удается снять шпателем. Из рта чувствуется неприятный запах.

Ваш предположительный диагноз? Какие осложнения могут развиваться у подростка? Принципы лечения и профилактики данного заболевания? Какие мероприятия необходимо провести в очаге инфекции?

Задача 5. Ученик 9 класса опоздал на первый урок. Говорит, что вторую ночь его беспокоит сильный зуд кожи и он долго не может уснуть. При осмотре в межпальцевых складках и на лучезапястных сгибах видны сероватые полоски длиной 4-5мм и следы расчесов. Зуд начался 2 недели назад, когда подросток был в гостях у друга в школе-интернате и надевал на себя чужую футболку.

Ваш диагноз? Каково лечение и профилактика заболевания?

Задача 6. Проверяя контрольные работы вы заметили появление головных болей, мелькание мушек перед глазами, боли в правом плече. Ночью по руке словно ползали мурашки, рука казалась онемевшей и усталой. Какое заболевание можно заподозрить у педагога? Принципы лечения и профилактики.

Задача 7. У молодого педагога после пяти лет работы в школе появилась осиплость голоса: голос утратил свою звонкость и чистоту. Педагог раздражен, чувствует постоянную тревогу, жалуется на комок в горле, быструю утомляемость голоса. Ваш предположительный диагноз? Механизм развития и меры профилактики данного состояния.

Задача 8. День начался неудачно: утром не зазвонил будильник, отключили телефон за неуплату, долго не было автобуса, а в автобусе наступили на ногу и оторвали пуговицу. В учительской стоит шум и гам. Вы медленно, но верно "закипаете". А у Вас сейчас открытый урок! Как быстро снять психоэмоциональное напряжение, не выплескивая раздражение на школьников и комиссию?

Допуск к промежуточной аттестации предполагает выполнение всех заданий самостоятельной работы, участия в лекционных и практических занятиях, выполнение заданий СРС, положительную оценку по итогам тестового контроля.

Промежуточная аттестация включает в себя зачет.

Результаты оценки теоретических знаний оцениваются по шкале «зачтено», «не зачтено»

-«зачтено» выставляется студенту, если студент знает закономерности психофизического развития человека, содержание основных этапов онтогенеза психофизического развития, здоровьесберегающие технологии и способы их реализации, морфофункциональные особенности организма в норме и у лиц с ОВЗ, физиологические и генетические закономерности и особенности развития лиц с ОВЗ; биологические, социальные и психологические факторы риска и методы профилактики нарушений, основы формирования культуры здоровья лиц с ОВЗ; демонстрирует отличные способности к социальному взаимодействию в команде специалистов разного профиля по созданию условий медико-психолого-педагогического сопровождения лиц с ОВЗ; уверенно использует навыки организации профессиональной деятельности с учетом современных методов оздоровления лиц с ОВЗ; владеет навыками организации просветительской деятельности с лицами с ОВЗ и их семьями по вопросам сохранения и укрепления здоровья.

-«не зачтено» выставляется студенту, если при ответе на теоретические вопросы допущены несколько существенных ошибок в толковании основных понятий. Логика и полнота ответа страдают заметными изъянами. Теоретические вопросы в целом изложены достаточно, но с пропусками материала. Имеются принципиальные ошибки в логике построения ответа на вопрос. Имеет фрагментарные знания о закономерностях психофизического развития человека, содержании основных этапов онтогенеза психофизического развития, морфофункциональных особенностях организма в норме и у лиц с ОВЗ, физиологических и генетических закономерностях и особенностях развития лиц с ОВЗ; не знает здоровьесберегающие технологии и способы их реализации, методы профилактики нарушений, основы формирования культуры здоровья лиц с ОВЗ; не показывает сформированные умения к социальному взаимодействию в команде специалистов разного профиля по созданию условий медико-психолого-педагогического сопровождения лиц с ОВЗ; демонстрирует сложности в проектировании профессиональной деятельности с учетом современных методов оздоровления лиц с ОВЗ; испытывает затруднения в выборе практических задач по организации просветительской деятельности с лицами с ОВЗ и их семьями по вопросам сохранения и укрепления здоровья.

Перечень вопросов к зачету.

Современное определение понятия «здоровье». Здоровье и факторы, его определяющие. Образ жизни как фактор сохранения здоровья. Понятие о факторах риска развития заболеваний.

Здоровый образ жизни, его определение. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. Основные элементы здорового образа жизни.

Законодательные и нормативно-правовые акты РФ в области обеспечения здоровьесберегающей и безопасной образовательной среды. Их основные положения.

Понятия «образовательная среда» «образовательное пространство», «субъекты обеспечения безопасности в образовательных учреждениях».

Потенциальные внутренние и внешние угрозы субъектам обеспечения безопасности в образовательных учреждениях.

Интенсификация образовательного процесса и здоровье школьников.

Правовые основы охраны здоровья учащихся и воспитанников образовательных учреждений.

Факторы риска здоровью учащихся, воспитанников образовательных учреждений.

Организация медицинского обеспечения, профилактических осмотров и диспансеризации учащихся и воспитанников образовательных учреждений.

Виды лечебно-профилактической помощи оказываемые школьникам в условиях образовательного учреждения.

Организация оздоровления обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья в условиях школы.

Центры содействия укреплению здоровья учащихся и воспитанников образовательных учреждений: структура, состав, задачи.

Роль администрации, педагогов, воспитателей в организации здоровьесберегающей образовательной среды.

Принципы здоровьесберегающей педагогики

Здоровьесберегающие образовательные технологии. Основные виды, их содержание и взаимосвязь.

Инновационные педагогические технологии здоровьесбережения.

Основные положения Федерального закона «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».

Понятие о гигиене детей и подростков.

Санитарно-гигиенические требования к зданиям образовательных учреждений.

Санитарно-гигиенические требования к содержанию образовательных учреждений.
Санитарно-гигиенические требования к школьным помещениям.
Гигиенические требования к обеспечению безопасного труда учащихся в учебном процессе.
Санитарно-гигиенические требования и возрастные особенности организации учебного процесса в образовательных учреждениях.
Санитарно-гигиенические требования к организации проведения трудового обучения в образовательных учреждениях.
Понятие «школьные болезни». Их краткая характеристика.
Гигиенические условия профилактики «школьных болезней».
Понятие об охране труда и технике безопасности в образовательных учреждениях.
Организационные меры профилактики несчастных случаев и травматизма в образовательных учреждениях.
Санитарно-гигиенические требования к организации питания детей в школе.
Современное состояние инфекционной заболеваемости детского населения.
Содержание мер общественной и индивидуальной профилактики инфекционных заболеваний.
Роль и взаимодействие медицинских и педагогических работников в организации противоэпидемического режима и проведении противоэпидемических мероприятий в образовательных учреждениях.
Федеральный Закон «О вакцинопрофилактике». Календарь профилактических прививок.
Школьные стрессы и дидактогении. Гигиенические условия профилактики дидактогенных неврозов.
Методики предупреждения раннего утомления и повышения умственной работоспособности.
Профилактика гиподинамии в учебном процессе.
Психолого-педагогическое обеспечение здоровьесберегающей образовательной среды. Психологическая служба образования.
Профилактика употребления психоактивных веществ в образовательных учреждениях. Наркологические посты.
Фармакокинетика алкоголя. Влияние употребления алкоголя и наркотиков на функции деторождения, внутриутробное развитие плода.
Медико-социальные последствия пьянства и алкоголизма. Экономические убытки в связи с пьянством и алкоголизмом.
Физиологические основы формирования наркотической зависимости к алкоголю.
Фармакокинетика табака. Органы-мишени табака. Понятие о «пассивном» курении. Особенности формирования наркотической зависимости к табакокурению.
Общие закономерности течения наркоманий. Механизм формирования зависимости к наркотикам.
Организация общественных наркопостов в учебных заведениях.
Понятие о гигиенической культуре человека. Гигиеническое обучение и воспитание: определение, содержание, виды и формы. Роль учителя в формировании здоровья учащихся в профилактике заболеваний.
Условия, способствующие возникновению профессиональных заболеваний педагогов. Понятие о стрессе и дистрессе в профессиональной и учебной деятельности. Профилактика у педагогов заболеваний психоэмоциональной природы.
Профилактика поражений голосообразующего аппарата (афонии и дисфонии), утомления органов зрения, остеохондроза, хронической венозной недостаточности, простудных заболеваний и гриппа.

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература:

1. Вайнер, Э. Н. Валеология [Текст] : учеб. для вузов / Э. Н. Вайнер. - 2-е изд. ; испр. - М. : Флинта, 2011. - Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru>
2. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 2-е изд. Учебное пособие для бакалавров. – М.: Юрайт, 2012г. Электронная копия. - Режим доступа: <http://www.biblioclub>

Дополнительная литература:

3. Айдаркин, Е.К. Возрастные основы здоровья и здоровьесберегающие образовательные технологии [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.К. Айдаркин; Иваницкая Л. Н. – Ростов-н/Д: Издательство Южного федерального университета, 2008 .– 176 с. – ISBN 978-5-9275-0413-8 .– <URL:<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=240909>>.
4. Гаврилова, И.А. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании [Электронный ресурс] / И.А. Гаврилова [и др.] .– 2-е изд., стереотип. – М: Флинта, 2011 .– 262 с. – ISBN 978-5-9765-1142-2 .– <URL:<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83545>>.
5. Савченков, Ю.И. Возрастная физиология (физиологические особенности детей и подростков) [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Ю.И. Савченков, О. Солдатова, С. Шилов.– М: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2013 .– 144 с. – ISBN 978-5-691-01896-1 .– <URL:<http://biblioclub.ru>
6. Тулякова О. В. Состояние здоровья, физическое и психическое развитие детей в зависимости от различных факторов: монография - Москва: Директ-Медиа, 2013

5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины

<http://window.edu.ru/resource/263/64263/files/umk09.pdf>

- Электронные учебники:

1. Петрова А.В., Корощенко А.Д., Айзман Р.И. Охрана труда на производстве и в учебном процессе. - Новосибирск, 2008.
2. Айзман Р.И., Рубанович В.Б., Суботьялов М.А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учебное пособие. – Новосибирск, 2008.

- Компьютерные программы:

1. «Мониторинг здоровья школьников»
 2. «Мониторинг здоровья студентов»;
 3. Электронные презентации к лекциям и практическим занятиям;
- г) базы данных, информационно-справочные материалы и поисковые системы:
ГАРАНТ+ , КОНСУЛЬТАНТ.

6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
---	-------------	---

1	2	3
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, аудитория № 226 (главный корпус)	Лекции	Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, экран ручной Viewscreen Lotus, ноутбук Lenovo G58, проектор OptomaX305ST Программное обеспечение: Microsoft Windows (договор №104 от 17.06.2013);Microsoft Office (договор №114 от 12.11.2014)
Учебная аудитория для занятий семинарского типа, аудитория № 345 (главный корпус)	Практические занятия	Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, рабочие места для учащихся, персональные компьютеры в комплекте №1 IRU Comp 510, экран настенный Программное обеспечение: Microsoft Windows (договор №104 от 17.06.2013);Microsoft Office (договор №114 от 12.11.2014)
Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций, учебная аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации, аудитория № 339 (главный корпус)	Текущий контроль и промежуточная аттестация	Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, доска классная, доска магнитно-маркерная поворотная (напольная), ДП-12(б) Мобильный класс Aquarius Aqua Cart Class 16 ноутбуков Программное обеспечение: Microsoft Windows (договор №104 от 17.06.2013);Microsoft Office (договор №114 от 12.11.2014)
Помещения для самостоятельной работы: читальный зал, библиотека,	Самостоятельная работа	Читальный зал Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, принтер Kyocera M130 – 1 шт., сканер Epson V33 – 1 шт., моноблок Compaq Intel Atom, 20.0”, 2 GB, Моноблок IRu 502, 21.5”, Intel Pentium, 4 GB,огнетушитель – 1 шт., подставка автосенсорная на сканер – 1 шт. Библиотека Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, огнетушитель – 1 шт.