

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ ФИЛОСОФИИ И СОЦИОЛОГИИ

Утверждено:  
на заседании кафедры социальной работы  
протокол от «25» июня 2021 г. № 11  
Зав. кафедрой Вильданов У.С. Вильданов

Согласовано:  
Председатель УМК факультета философии  
и социологии Хаб / З.Н. Хабибуллина

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

дисциплина «**Основы валеологии**»

Обязательная часть

**программа бакалавриата**

Направление подготовки (специальность)  
**39.03.02 – Социальная работа**

Направленность (профиль) подготовки  
**«Социальная работа в системе социальной защиты»**

Квалификация  
**Бакалавр**

Разработчик (составитель) Профессор кафедры социальной работы, доктор философских наук, профессор	<u>Акчурин</u> / Б.Г. Акчурин
---	-------------------------------

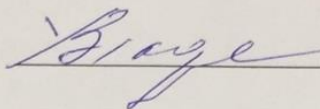
Для приема 2021 г.

Уфа – 2021

Составитель: Б.Г. Акчурин

Рабочая программа дисциплины актуализирована на заседании кафедры социальной работы, протокол от «25» июня 2021 г., протокол № 11.

Заведующий кафедрой

 / У.С. Вильданов /

**документов и материалов**

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы	5
3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)	6
4. Фонд оценочных средств по дисциплине	6
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	6
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	8
4.3. Рейтинг-план дисциплины	9
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	28
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	28
5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины	28
6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине	29

**1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

В результате освоения образовательной программы обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Результаты обучения		Формируемая компетенция (с указанием кода)	Примечание
Знания	1. Концептуальные подходы к проблеме культуры здоровья	Способность использовать в профессиональной деятельности основные законы естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины, применять методы математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования (ОПК-3)	
	2. Социально-философские основы формирования валсологической культуры	Способность использовать в профессиональной деятельности основные законы естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины, применять методы математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования (ОПК-3)	
	3. Взаимоотношения духовного и физического здоровья	Способность использовать в профессиональной деятельности основные законы естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины, применять методы математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования (ОПК-3)	
	4. Пути совершенствования лечебно-оздоровительной работы подрастающего поколения	Способность использовать в профессиональной деятельности основные законы естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины, применять методы математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования (ОПК-3)	

Умения	1. Использовать методологию и методику формирования здорового образа жизни населения	Способность к эффективному применению психолого-педагогических знаний для решения задач общественного, национально-государственного и личностного развития, проблем социального благополучия личности и общества (ОПК-6)	
	2. Исследовать влияние социальных факторов на здоровье молодежи и роль высшей школы в его укреплении	Способность использовать в профессиональной деятельности основные законы естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины, применять методы математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования (ОПК-3)	
Владения (навыки / опыт деятельности)	1. Методами воспитания положительного отношения и интереса к занятиям физическими упражнениями	Способность к эффективному применению психолого-педагогических знаний для решения задач общественного, национально-государственного и личностного развития, проблем социального благополучия личности и общества (ОПК-6)	
	2. Технологией создания системы непрерывного валеологического образования, начиная с дошкольных учреждений и заканчивая различными сферами профессиональной подготовки	Способность к эффективному применению психолого-педагогических знаний для решения задач общественного, национально-государственного и личностного развития, проблем социального благополучия личности и общества (ОПК-6)	

## 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы валеологии» относится к базовой части. Дисциплина изучается на I курсе в I семестре. Целью дисциплины является формирование у обучающихся основных представлений о валеологии и валеологической культуре.

Данная дисциплина логически и содержательно-методически связана с другими дисциплинами образовательной программы, такими как «Социальная экология», «Основы социальной медицины», «Социальная педагогика», «Социальная антропология», «Философия». Теоретическими дисциплинами, для которых освоение курса «Основы валеологии» необходимо как предшествующее, являются: «Социальная экология», «Основы социальной медицины».

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

Содержание рабочей программы представлено в Приложении № 1.

### 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

**ОПК-3** – способность использовать в профессиональной деятельности основные законы естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины, применять методы математического анализа и моделирования, теоретического и экспериментального исследования

Этап (уровень) освоения компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения			
		2 («Неудовлетворительно»)	3 («Удовлетворительно»)	4 («Хорошо»)	5 («Отлично»)
Первый этап (уровень)	Знать: использование в профессиональной деятельности основных законов естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины	Не сформированы знания об использовании в профессиональной деятельности основных законов естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины	Сформированы фрагментарные знания и представления об использовании в профессиональной деятельности основных законов естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины	В целом сформированы, но с отдельными проблемами, знания об использовании в профессиональной деятельности основных законов естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины	Сформированы комплексные и систематические знания об использовании в профессиональной деятельности основных законов естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины
Второй этап (уровень)	Уметь: применять в профессиональной деятельности основные законы естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины	Не сформированы умения применять в профессиональной деятельности основные законы естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины	Сформированы на простейшем уровне умения применять в профессиональной деятельности основные законы естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины	В целом сформированы, но с отдельными недостатками, умения применять в профессиональной деятельности основные законы естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины	Сформированы на высоком уровне умения применять в профессиональной деятельности основные законы естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины

Третий этап (уровень)	Владеть: навыками использования в профессиональной деятельности основных законов естественно-научных дисциплин, в том числе медицины	Отсутствуют навыки использования в профессиональной деятельности основных законов естественно-научных дисциплин, в том числе медицины	Сформированы на простейшем уровне навыки использования в профессиональной деятельности основных законов естественно-научных дисциплин, в том числе медицины	Сформированы на базовом уровне навыки использования в профессиональной деятельности основных законов естественно-научных дисциплин, в том числе медицины	Сформированы на высоком уровне навыки использования в профессиональной деятельности основных законов естественно-научных дисциплин, в том числе медицины
-----------------------	--	---	---	--	--

**ОПК-6** – способность к эффективному применению психолого-педагогических знаний для решения задач общественного, национально-государственного и личностного развития, проблем социального благополучия личности и общества

Этап (уровень) освоения компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения			
		2 («Неудовлетворительно»)	3 («Удовлетворительно»)	4 («Хорошо»)	5 («Отлично»)
Первый этап (уровень)	Знать: психолого-педагогические знания для решения задач валеологического воспитания личности и общества	Не сформированы психолого-педагогические знания для решения задач валеологического воспитания личности и общества	Сформированы фрагментарные психолого-педагогические знания для решения задач валеологического воспитания личности и общества	В целом сформированы, но с отдельными пробелами, психолого-педагогические знания для решения задач валеологического воспитания личности и общества	Сформированы комплексные и систематические психолого-педагогические знания для решения задач валеологического воспитания личности и общества
Второй этап (уровень)	Уметь: применять психолого-педагогические знания для решения задач валеологического воспитания личности и общества	Не сформированы умения применять психолого-педагогические знания для решения задач валеологического воспитания личности и общества	Сформированы на простейшем уровне умения применять психолого-педагогические знания для решения задач валеологического воспитания личности и общества	В целом сформированы, но с отдельными недостатками, умения применять психолого-педагогические знания для решения задач валеологического воспитания личности и общества	Сформированы на высоком уровне умения применять психолого-педагогические знания для решения задач валеологического воспитания личности и общества

Третий этап (уровень)	Владеть: навыками эффективного использования психолого-педагогических знаний для решения задач валеологического воспитания личности и общества	Отсутствуют навыки эффективного использования психолого-педагогических знаний для решения задач валеологического воспитания личности и общества	Сформированы на простейшем уровне навыки эффективного использования психолого-педагогических знаний для решения задач валеологического воспитания личности и общества	Сформированы на базовом уровне навыки эффективного использования психолого-педагогических знаний для решения задач валеологического воспитания личности и общества	Сформированы на высоком уровне навыки эффективного использования психолого-педагогических знаний для решения задач валеологического воспитания личности и общества
-----------------------	--	---	---	--	--

Критериями оценивания являются баллы, которые выставляются преподавателем за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины (текущий контроль – максимум 40 баллов; рубежный контроль – максимум 30 баллов, поощрительные баллы – максимум 10).

Шкалы оценивания для экзамена:

- от 45 до 59 баллов – «удовлетворительно»;
- от 60 до 79 баллов – «хорошо»;
- от 80 баллов – «отлично».

**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. Концептуальные подходы к проблеме культуры здоровья	ОПК-3	Устный опрос (выступление на семинарском занятии), устный контрольный опрос, доклад, реферат, тестирование, экзамен
	2. Социально-философские основы формирования валеологической культуры	ОПК-3	Устный опрос (выступление на семинарском занятии), устный контрольный опрос, доклад, реферат, тестирование, экзамен
	3. Взаимоотношения духовного и физического здоровья	ОПК-3	Устный опрос (выступление на семинарском занятии), устный контрольный опрос, доклад, реферат, тестирование, экзамен



	4. Пути совершенствования лечебно-оздоровительной работы подрастающего поколения	ОПК-3	Устный опрос (выступление на семинарском занятии), устный контрольный опрос, доклад, реферат, тестирование, экзамен
2-й этап Умения	1. Использовать методологию и методику формирования здорового образа жизни населения	ОПК-6	Устный опрос (выступление на семинарском занятии), устный контрольный опрос, доклад, реферат, тестирование, экзамен
	2. Исследовать влияние социальных факторов на здоровье молодежи и роль высшей школы в его укреплении	ОПК-3	Устный опрос (выступление на семинарском занятии), устный контрольный опрос, доклад, реферат, тестирование, экзамен
3-й этап Владеть навыками	1. Методами воспитания положительного отношения и интереса к занятиям физическими упражнениями	ОПК-6	Устный опрос (выступление на семинарском занятии), устный контрольный опрос, доклад, реферат, тестирование, экзамен
	2. Технологией создания системы непрерывного всестороннего образования, начиная с дошкольных учреждений и заканчивая различными сферами профессиональной подготовки	ОПК-6	Устный опрос (выступление на семинарском занятии), устный контрольный опрос, доклад, реферат, тестирование, экзамен

#### 4.3. Рейтинг-план дисциплины

Рейтинг–план дисциплины представлен в приложении 2.

#### Описание оценочных средств и методики их оценивания

Вид оценочного средства	Критерии оценивания	Шкала оценивания, согласно рейтинг-плану дисциплины
Устный опрос (выступление на семинарском занятии, аудиторная работа)	– уровень теоретической подготовки к занятию – способность обобщать и анализировать полученные знания – умение логично и грамотно излагать собственные умозаключения и выводы	0 баллов – соответствуют оценке «неудовлетворительно»; 1 балл – соответствует оценке «удовлетворительно»; 2 балла – соответствуют оценке «хорошо» и «отлично». *

Устный контрольный опрос (рубежный контроль)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– уровень теоретической подготовки</li> <li>– умение делать обобщения и выводы</li> <li>– способность анализировать полученные знания</li> <li>– систематичность полученных знаний</li> </ul>	<p>0–1 балла – соответствуют оценке «неудовлетворительно»;</p> <p>3–7 баллов – соответствуют оценке «удовлетворительно»;</p> <p>8–12 баллов – соответствуют оценке «хорошо»;</p> <p>13–15 баллов – соответствуют оценке «отлично». *</p>
Доклад	<ul style="list-style-type: none"> <li>– умение собирать и систематизировать теоретический материал</li> <li>– способность обобщать и анализировать данные</li> <li>– умение раскрыть сущность избранной темы, выделить главную мысль</li> <li>– умение логично и грамотно излагать полученную информацию</li> <li>– умение работать с различными источниками информации</li> </ul>	<p>0 баллов – соответствуют оценке «неудовлетворительно»;</p> <p>1 балл – соответствует оценке «удовлетворительно»;</p> <p>2 балла – соответствуют оценке «хорошо» и «отлично». *</p>
Реферат	<ul style="list-style-type: none"> <li>– самостоятельность при выполнении работы</li> <li>– грамотность оформления работы</li> <li>– глубина осмысления избранной проблемы</li> <li>– качество структуры и логики изложения материала</li> <li>– способность анализировать и синтезировать информацию</li> <li>– умение работать с текстовыми и электронными источниками научной информации, справочной и энциклопедической литературой</li> <li>– умение делать обобщения и выводы</li> </ul>	<p>0 баллов – соответствуют оценке «неудовлетворительно»;</p> <p>1 балл – соответствует оценке «удовлетворительно»;</p> <p>2 балла – соответствуют оценке «хорошо» и «отлично». *</p>
Тестирование (рубежный контроль)	Количество правильно выполненных заданий	<p>Общий процент правильно выполненных заданий определяет оценку:</p> <p>до 30% – 4 балла,</p> <p>от 31% до 60% – 8 баллов,</p> <p>от 61% до 80% – 12 баллов,</p> <p>более 80% – 15 баллов.</p>
Экзамен	<ul style="list-style-type: none"> <li>– уровень, прочность и систематичность полученных знаний и умений</li> <li>– уровень приобретения навыков самостоятельной работы, развития научно-практического мышления</li> <li>– умение обобщать полученные знания и применять их при анализе, прогнозировании и моделировании социальных явлений и процессов</li> </ul>	<p>0–4 баллов – соответствуют оценке «неудовлетворительно»;</p> <p>5–14 баллов – соответствуют оценке «удовлетворительно»;</p> <p>15–24 баллов – соответствуют оценке «хорошо»;</p> <p>25–30 баллов – соответствуют оценке «отлично». *</p>

**\* Примечание.**

Оценка «отлично» ставится студентам, которые в процессе или результате выполнения учебного задания:

- обнаруживают всестороннее систематическое знание учебного материала;
- владеют необходимым понятийно-категориальным аппаратом;
- показывают способность к анализу и сопоставлению различных подходов к решению заявленных вопросов;
- подтверждают теоретические положения практическими примерами.

Оценка «хорошо» ставится студентам, которые в процессе или результате выполнения учебного задания:

- обнаруживают хорошее знание учебного материала;
- показывают умение анализировать материал, однако не все выводы носят аргументированный и доказательный характер;
- обнаруживают знание основных характеристик, закономерностей и понимание взаимосвязей раскрываемых категорий, явлений, процессов;
- подтверждают теоретические положения практическими примерами;
- допускают отдельные погрешности и неточности при ответе.

Оценка «удовлетворительно» ставится студентам, которые в процессе или результате выполнения учебного задания:

- обнаруживают знания учебного материала только в рамках лекционного курса;
- допускают нарушения в последовательности изложения материала, имеют затруднения с выводами;
- допускают существенные погрешности при ответе.

Оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые в процессе или результате выполнения учебного задания:

- показывают непонимание или крайне неполное знание основных понятий и категорий дисциплины;
- обнаруживают отсутствие умений применять теоретические знания при выполнении практических задач.

### **Экзаменационные билеты**

Структура экзаменационного билета: билет состоит из двух вопросов, охватывающих те или иные теоретические аспекты изучаемой дисциплины.

#### **Примерные вопросы для экзамена:**

1. Предмет и задачи валеологической науки. индивидуальное и общественное здоровье.
2. Валеология как наука и ее место в практической деятельности социального работника.
3. Понятие «общественное здоровье». Определение здоровья Всемирной организации здравоохранения. Системный подход к решению проблем здоровья.
4. Роль социальной культуры и социального благополучия в формировании валеологической культуры населения.
5. Влияние образа жизни на здоровье. Понятие и сущность здорового образа жизни. Основные аспекты ЗОЖ.
6. Валеология: валеологическое воспитание и валеологическая культура.
7. Этапы становления и развития валеологии.
8. Медико-правовые аспекты новых медико-биологических технологий (клонирование, трансплантация и имплантация, генная инженерия)
9. Социальные условия и факторы формирования ЗОЖ населения.
10. Социальная и клиническая медицина: взаимосвязь и взаимоотношения их на уровне валеологической науки.

11. Оздоровительные возможности средств физической культуры и потребности общества в них.
12. Образ жизни и здоровье человека в учениях Гиппократ, Ибн Сины.
13. Проблемы реализации высшим учебным заведением функций по формированию валеологической культуры студентов.
14. Объективные и субъективные факторы в формировании валеологической культуры
15. Социально-валеологические проблемы ЗОЖ.
16. Вопросы и задачи по улучшению общественного здоровья населения в евгенике и в валеологической науке. История развития евгеники как науки и ее функции в решении вопросов валеологии.
17. Здоровый образ жизни как социально-философское понятие в учениях индийского мыслителя Свами Вивекананды.
18. Физическое и духовное здоровье в древнеиндийской и древнекитайской философии.
19. Рождаемость: общие и специальные показатели тенденции (в РФ и в мире).
20. Категория «духовное здоровье» как интегративная характеристика личности.
21. Понятие «планирование семьи». Социально-медицинские факторы и роль валеологии в планировании семьи.
22. Методы теоретического познания применяемые в изучении валеологической науке.
23. Как следует понимать следующее высказывание философов: «Здоровье общества как социокультурное явление»?
24. Сущность обязательного медицинского страхования и его теоретическая база.
25. Платон о соотношении души и тела, о здоровье и нездоровье.
26. Эвтаназия как валеологическая проблема жизни и смерти.
27. Закон РФ «О медицинском страховании в РФ» и его социальное значение.
28. Биологическая и социальная сущность здоровья с точки зрения валеологии.
29. Социально – философский анализ состояния здоровья общества и роль государства в формировании валеологической культуры населения.
30. Здоровье с точки зрения социальной экологии и валеологии (Евгенические концепции здоровья).
31. Феномен здоровья как явление целостности человека
32. Здоровье этноса как проблема его социальной безопасности
33. Социально – экономические и демографические факторы здоровья населения
34. Правовая база охраны здоровья населения в России (законодательное обеспечение охраны здоровья в РФ).
35. Смысл жизни ключевая проблема валеологической науки. Значение смысла жизни для здоровья человека.
36. Мировоззренческие взгляды древнеиндийских мыслителей в отношении общественного и индивидуального здоровья.
37. Концептуальная основа «йогического совершенствования» как система воспитания и как фактор формирования валеологической культуры общества.
38. «Секреты здоровья» в учениях древнекитайских философов и идеи валеологической науки.
39. Философские трактаты Ибн Сины о здоровье с точки зрения современной валеологической науки и их практическое значение.
40. История развития науки «евгеника» и ее функция в решении вопросов валеологической науки.
41. Как соотносятся понятия по смысловому содержанию: «депрессия» и «социальное здоровье» личности?
42. Самосохранительное и саморазрушительное поведение как фактор, определяющий уровень валеологической культуры личности.

## Вопросы к семинарским занятиям и устному контрольному опросу

1. Формирование общественного и индивидуального здоровья.
2. Биологические и социокультурные факторы, влияющие на здоровье общества.
3. Социальная и клиническая медицина: взаимосвязь, взаимоотношение и взаимообусловленность.
4. Социальное здоровье и социальное благополучие.
5. Здоровый образ жизни в формировании социального здоровья населения.
6. Здоровье общества как социокультурное явление.
7. Гуманитарная экспертиза в формировании здоровья населения.
8. Качество жизни и духовное здоровье личности.
9. Теоретические проблемы формирования валеологической культуры.
10. Состояние здоровья школьников, студентов и динамика их физического развития.
11. Пути совершенствования вузовской системы лечебно-оздоровительной работы студентов.
12. Социокультурный потенциал физической культуры в валеологическом воспитании личности.
13. Социально-биологические и экологические проблемы человека.
14. Культура здоровья как социокультурный феномен.
15. Демографические факторы здоровья.
16. Человеческая телесность в социокультурном измерении.
17. Реформы и здоровье населения.
18. Влияние социальных и медико-демографических факторов на уровень рождаемости и смертности.
19. Формирование культуры личности в сфере физической культуры.
20. Здоровье как глобальная проблема выживания биосоциального вида.
21. Здоровье как социальная проблема.
22. Информационная экология и здоровье человека в современной России.
23. Социально-философские вопросы биосоциальной природы человека.
24. Здоровый образ жизни: социально-философские и медико-биологические проблемы.
25. Валеологические проблемы человека в системе образования.
26. Экология человека и проблемы социально-трудового потенциала населения.
27. Социокультурный потенциал физической культуры и спорта в воспроизводстве духовного и социального здоровья современного человека.
28. Духовно-исторические предпосылки системного кризиса здоровья человека.
29. Здоровье с точки зрения социальной экологии.
30. Концептуальный подход к проблеме культуры здоровья.
31. Роль человеческого разума в формировании общественного здоровья.
32. ЗОЖ как условие гармонизации социобиотического потенциала человека.
33. ЗОЖ: сущность и критерии.
34. Социальные условия и факторы формирования ЗОЖ.

## Примерные темы докладов и рефератов

1. Валеология, ее место и назначение в системе научных знаний.
2. Предмет, структура и задачи спецкурса «Основы валеологии».
3. Интеграция валеологии и санологии как две модели науки о здоровье.
4. Инновации в процессе формирования навыков здорового образа жизни.
5. Социальные аспекты проблемы здоровья.
6. Здоровья человека как социальная ценность.
7. Онтогенез и теория здоровья как валеологическая проблема.

8. Духовное и физическое здоровье в социально философских исследованиях.
9. Проблема телесности как духовная деятельность.
10. Понятия «образ жизни» и «социальная активность».
11. Категория «духовное здоровье» как интегративная характеристика личности.
12. Социальное здоровье и социальная культура.
13. Валеологические ценности физической культуры.
14. Вопрос об отношении телесного, душевного и духовного.
15. Здоровье и здоровый образ жизни инвалидов.
16. Социальная среда и здоровье подрастающего поколения.
17. Валеологическая культура и валеологическое образование.
18. Валеологическое мировоззрение и духовное здоровье.
19. Этапы становления и развития валеологии.
20. Социально философский анализ состояния здоровья и роль государства в формировании валеологической культуры населения.
21. Демографическая ситуация и генетическое здоровье населения России с точки зрения валеологии.
22. Социальные основы валеологии.
23. Взаимоотношение Человека, Природы и Общества.
24. Человек как биосоциокультурное существо.
25. Телесность как валеологическая ценность.
26. Феномен здоровья как объект управления.
27. Формирование валеологического пространства в образовательной системе РФ и РБ.
28. Понятие “общественное здоровье” с точки зрения валеологической науки
29. Образ жизни и валеологическая культура населения.
30. Валеология как наука и ее место в практической деятельности социального работника.

### Примеры тестовых заданий

1. Что является предметом изучения валеологии?
  - а) самосохранение человека
  - б) здоровье человека
  - в) человек
  - г) жизнь клетки
  
2. Состояние полного физического, душевного, социального и духовного благополучия – это:
  - а) блаженство
  - б) нирвана
  - в) здоровье
  - г) релаксация
  
3. Основным источником энергии в организме является:
  - а) витамины
  - б) углеводы
  - в) белки
  - г) жиры
  
4. Метаболизм – это:
  - а) жизнь клетки
  - б) способность к размножению
  - в) деятельность мозга
  - г) обмен веществ

5. Основным строительным материалом организма человека:

- а) белки
- б) жиры
- в) витамины
- г) углеводы

6. В каких годах возникла наука валеология?

- а) в 80-х гг. 20 века
- б) в 80-х гг. 19 века
- в) в 50-х гг. 20 века
- г) в 50-х гг. 19 века

7. Какого уровня здоровья не существует?

- а) групповое
- б) среднестатистическое
- в) общественное
- г) личное

8. Какое заболевание, передающееся половым путем, является одним из наиболее распространенных:

- а) хламидийная инфекция
- б) трихомониаз
- в) гепатит В
- г) СПИД.

9. Что такое болезнь?

- а) нарушение нормальной жизнедеятельности организма, возникающее при действии на него повреждающих факторов или пороков развития, а также генетических дефектов
- б) состояние полного физического, духовного и социального благополучия
- в) наблюдающиеся в организме некоторые отклонения от нормы, не сказывающиеся существенно на самочувствии и работоспособности человека
- г) ничто из перечисленного

10. Индивидуальные особенности поведения человека выражаются термином:

- а) условия жизни
- б) качество жизни
- в) стиль жизни
- г) уровень жизни

11. Предметом валеологии является:

- а) индивидуальное здоровье и резервы здоровья
- б) здоровый образ жизни
- в) закономерности поддержания здоровья
- г) всё перечисленное

12. Евгеника – это учение о:

- а) социальных основах здорового образа жизни
- б) закономерностях передачи наследственных заболеваний
- в) путях улучшения человеческой «породы»
- г) развитии человеческого потенциала

13. Здоровый образ жизни – это:

- а) форма жизнедеятельности людей, укрепляющая адаптивные возможности организма человека
- б) деятельность, направленная на сохранение и улучшение, укрепление здоровья людей
- в) условие, способствующее реализации и развитию других форм и проявлений образа жизни, направленных на охрану, улучшение, воспроизводство здоровья
- г) все перечисленное

14. Наибольшее влияние на формирование здоровья населения оказывают:

- а) генетические особенности
- б) уровень и качество медицинской помощи
- в) образ жизни
- г) окружающая среда

15. Первое место среди причин смертности населения в России занимают:

- а) желудочно-кишечные заболевания
- б) онкологические заболевания
- в) сердечно-сосудистые заболевания
- г) травмы, несчастные случаи, отравления

16. Основатель науки валеологии:

- а) Лесгафт
- б) Аристотель
- в) Ибн Сина
- г) Брехман

17. Типом телосложения, генотипом, уровнем обмена веществ, функциональным состоянием организма характеризуется:

- а) моральное здоровье человека
- б) физическое здоровье человека
- в) психическое здоровье человека
- г) социальное здоровье человека

18. Нарушение функций организма при недостаточной двигательной активности – это:

- а) гипертония
- б) гиподинамия
- в) гиперактивность
- г) стресс

19. По определению В.П. Казначеева, предметом экологии человека выступают:

- а) воздействие на человека как природных, так и социально-экономических факторов
- б) изучение закономерностей взаимоотношений природы и общества
- в) обеспечение экологически безопасными продуктами питания, жильем, одеждой, бытовой техникой и т.д.
- г) научное направление, исследующее закономерности взаимоотношений природы и человека, целенаправленного управления сохранением здоровья населения

20. Система научных знаний и практической деятельности, целью которых является предупреждение и лечение болезней человека, укрепление и сохранение его здоровья:

- а) санология
- б) валеология



в) медицина

г) патология

**Ответы на вопросы теста:**

№ Вопроса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
№ Ответа	б	в	б	г	а	а	б	г	а	в	г
№ Вопроса	12	13	14	15	16	17	18	19	20		
№ Ответа	в	в	в	в	г	б	б	г	б		

**Тесты оцениваются по 25-балльной системе оценивания, за каждый правильный ответ – 1 балл.**

## 5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Учебная дисциплина обеспечена учебно-методической документацией и материалами. Ее содержание представлено в локальной сети вуза и на сайте факультета философии и социологии БашГУ <http://www.bashedu.ru/o-fakultete-filosofii-i-sotsiologii> Обучающимся обеспечен доступ к современным профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам в компьютерном классе факультета философии и социологии БашГУ, а также к Электронной библиотеке БашГУ по адресу: <http://lib.bashedu.ru/>

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

#### Основная литература:

1. Акчурина Б.Г. Введение в валеологию. – Уфа: АН РБ, Гилем, 2012. – 408 с.
2. Акчурина Б.Г. Основы социальной медицины. – Уфа: Гилем, 2017. – 400 с.

#### Дополнительная литература:

1. Прохорова Э.М. Валеология: учебник. – Москва: ИНФРА-М, 2014. – 255 с.
2. Вайнер Э.Н. Валеология [Электронный ресурс]: учебник. – М.: Флинта, 2011. – 448 с. – Доступ возможен через Электронно-библиотечную систему издательства "Лань". – Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=2396](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=2396).
3. Мархоцкий Я.Л. Валеология [электронный ресурс]: учеб. пособие. – Минск: Вышэйшая школа, 2010. – 288 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=119733&sr=1>

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

#### Перечень программного обеспечения

1. Windows 8 Russian. Windows Professional 8 Russian Upgrade. OLP NL Academic Edition. Лицензия бессрочная. Договор № 104 от 17.06.2013 г.
2. Microsoft Office Standard 2013 Russian. OLP NL Academic Edition. Лицензия бессрочная. Договор № 114 от 12.11.2014 г.
3. Windows 10. Предустановленная. Лицензия бессрочная. Договор № 004 от 19.03.2019 г.

#### Перечень информационных справочных систем:

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»: <http://lib.bashedu.ru/>
- ЭБС издательства «Лань»: <https://e.lanbook.com/>
- ЭБС «Электронный читальный зал БашГУ»: <https://elib.bashedu.ru/>
- Министерство труда и социальной защиты РФ - <https://rosmintrud.ru> -
- «Пенсионный фонд Российской Федерации» - <http://www.pfrf.ru>
- Министерство семьи, труда и социальной защиты населения РБ <http://mintrudrb.ru>
- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов [Электронный ресурс]. – URL: <http://scool-collection.edu.ru>

- Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс]. – URL: <http://window.edu.ru>
- Издательство «Лань» [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://e.lanbook.com/>
- Издательство «Юрайт» [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://biblio-online.ru>
- eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. – URL: <http://www.elibrary.ru>
- ibooks.ru[Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://ibooks.ru>
- Znanium.com[Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://znanium.com>
- Социология, психология, управление [Электронный ресурс]: электронная библиотека. – URL: <http://soc.lib.ru>
- Журнал СОИИЭТ – Социальное обслуживание населения - <http://son-net.info/metodichka/programmy-proekty-tekhnologii/>
- Соционет: научное информационное пространство по общественным наукам - URL: [https://socionet.ru/section.xml?h=book\\_sociologia](https://socionet.ru/section.xml?h=book_sociologia)
- Агентство социальной информации. Информационная поддержка гражданских инициатив - URL: <https://www.asi.org.ru>
- Фонд «Общественное мнение» - <http://fom.ru/>
- ВЦИОМ (Всероссийский центр изучения общественного мнения) - <http://www.wciom.ru>
- Союз Социальных Работников и Социальных Педагогов. - URL: <http://ssopir.ru/>
- Белорусская тематическая база для социальных работников. <http://www.belbsi.b>
- Архив видео-материалов - посвященных социальной работе - <http://www.socialwork-archive.org/>
- Международная площадка для общения социальных работников - <https://acronyms.thefreedictionary.com/Social+Work+International+Platform> -
- Электронный журнал "Вестник благотворительности" - [http://www.a-z.ru/nkoinfo/period/vestnic\\_blag/](http://www.a-z.ru/nkoinfo/period/vestnic_blag/) -
- **ИНСТИТУТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РАБОТНИКОВ СОЦИАЛЬНОЙ СФЕРЫ** - <http://soc-education.ru>
- «Электронный журнал «Практика социальной работы» - <http://www.центрсемья.рф/about> -
- Современные исследования социальных проблем- <https://soc-journal.ru>
- Журнал «Социальная политика и социология» <https://rgsu.net/about/science/publishing/magazine/social-policy-and-sociology/>
- Портал «Все о социальной поддержке» - <http://www.socialnaya-podderzhka.ru>
- Американский журнал «Социальная работа сегодня». - <http://www.socialworktoday.com>
- Сайт американского журнала «Новый социальный работник» - <http://www.socialworker.com/>
- Форум социальных работников и студентов социальной работы - <http://www.socialworkchat.org/index.php>
- Гарант - <http://www.garant.ru/hotlaw/mon/114756.htm>
- Консультант Плюс- <http://www.consultant.ru/law/hotdocs/4081.html>

**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
<p><b>1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа:</b> аудитория № 408 (ул. Карла Маркса, д. 3, корп. 4), аудитория № 421 (ул. Карла Маркса, д. 3, корп. 4)</p>	<p>Лекции</p>	<p><b>Аудитория № 408</b> Учебная мебель, доска <b>Аудитория № 421 компьютерный класс</b> Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, доска, мультимедиа-проектор BenQ MX660, экран настенный ClassicNorma 244*183. Компьютер в сборе PowerCoolCore i3-8100 (3.5), 8 GB (15 штук); LCD Монитор 21,5`` (15 штук). <b>Программное обеспечение:</b> Windows 8 Russian. Windows Professional 8 Russian Upgrade. OLP NL Academic Edition. Предустановленная. Лицензия бессрочная. Договор №104 от 17.06.2013 г. Microsoft Office Standard 2013 Russian. OLP NL Academic Edition. Предустановленная. Лицензия бессрочная. Договор № 114 от 12.11.2014 г. Windows 10. Предустановленная. Предустановленная. Лицензия бессрочная. Договор № 004 от 19.03.2019 г.</p>
<p><b>2. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа:</b> аудитория № 408 (помещение, ул. Карла Маркса, д.3, корп.4), аудитория № 409 (помещение, ул. Карла Маркса, д.3, корп.4), аудитория № 421 (помещение, ул. Карла Маркса, д.3, корп.4)</p>	<p>Практические занятия</p>	<p><b>Аудитория № 408</b> Учебная мебель, доска <b>Аудитория № 409</b> Учебная мебель, доска <b>Аудитория № 421 компьютерный класс</b> Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, доска, мультимедиа-проектор BenQ MX660, экран настенный ClassicNorma 244*183. Компьютер в сборе PowerCoolCore i3-8100 (3.5), 8 GB (15 штук); LCD Монитор 21,5`` (15 штук). <b>Программное обеспечение:</b> 1. Windows 8 Russian. Windows Professional 8 Russian Upgrade. Бессрочная лицензия OLP NL Academic Edition (договор №104 от 17.06.2013 г.) 2. Microsoft Office Standard 2013 Russian. Бессрочная лицензия OLP NL Academic Edition (договор №114 от 12.11.2014 г.) 3. Windows 10 Бессрочная лицензия, предустановленная (договор №004 от 19.03.2019 г.)</p>

<p><b>3. Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций:</b> аудитория № 408 (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4), аудитория № 409 (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4)</p>	<p>Индивидуальные и групповые консультации</p>	<p><b>Аудитория № 408</b> Учебная мебель, доска <b>Аудитория № 409</b> Учебная мебель, доска</p>
<p><b>4. Учебная аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации:</b> аудитория № 408 (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4), аудитория № 409 (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4), аудитория № 419 (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4)</p>	<p>Текущий контроль и промежуточная аттестация</p>	<p><b>Аудитория № 408</b> Учебная мебель, доска <b>Аудитория № 409</b> Учебная мебель, доска <b>Аудитория № 419 компьютерный класс</b> Учебная мебель, шкафы, моноблоки Моноблок Lenovo ThinkCentre All-in-One 2048MB 320GB (15 штук). <b>Программное обеспечение:</b> 1. Windows 8 Russian. Windows Professional 8 Russian Upgrade. Бессрочная лицензия OLP NL Academic Edition (договор №104 от 17.06.2013 г.) 2. Microsoft Office Standard 2013 Russian. Бессрочная лицензия OLP NL Academic Edition (договор №114 от 12.11.2014 г.) 3. Windows 10 Бессрочная лицензия, предустановленная. (договор №004 от 19.03.2019 г.) 4. Система централизованного тестирования БашГУ (Moodle): «Официальный оригинальный английский текст лицензии для системы Moodle &lt;<a href="http://www.gnu.org/licenses/gpl.html">http://www.gnu.org/licenses/gpl.html</a>&gt;Перевод лицензии для системы Moodle <a href="http://rusgpl.ru/rusgpl.pdf">http://rusgpl.ru/rusgpl.pdf</a></p>
<p><b>5. Помещения для самостоятельной работы:</b> читальный зал № 5 (помещение, ул. Карла Маркса, 3/4, 3 этаж, каб. 302)</p>	<p>Самостоятельная работа</p>	<p><b>Читальный зал № 5</b> Учебная мебель – 27 посадочных мест, 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.</p>
<p><b>6. Помещение для хранения и профилактичес-</b></p>		<p><b>Аудитория № 305</b> Учебная мебель, орг. техника</p>

<b>кого обслуживания учебного оборудования</b> аудитория № 305 (помещение, ул.Карла Маркса, д.3, корп.4)		
--	--	--

ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ ФИЛОСОФИИ И СОЦИОЛОГИИ

**СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

дисциплины «Основы валеологии» на 1 семестр

очная

форма обучения

Рабочую программу осуществляют:

Лекции: кандидат соц.наук, доцент Калимуллина Э.Р.

Практические занятия: кандидат соц.наук, доцент Калимуллина Э.Р.

<b>Вид работы</b>	<b>Объем дисциплины</b>
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	3/ 108
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	39,2
лекций	18
практических/ семинарских	18
лабораторных	–
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) (ФКР)	1,2
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	41,8
Учебных часов на подготовку к экзамену/зачету (Контроль)	27

Форма(ы) контроля:  
зачет, 1 семестр

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)				Основная и дополнительная литература, рекомендуемая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятель ной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, контрольные работы, компьютерные тесты и т.п.)
		ЛК	ПР/СЕМ	ЛР	СР			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Предмет, задачи и методы валеологии	2	2	–	3	Основная: №№ 1–3  Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспекти- рование основной и дополни- тельной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов
2.	Социальные основы валеологии	2	2	–	3	Основная: №№ 1–3  Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспекти- рование основной и дополни- тельной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов



3.	Изменения здоровья населения в условиях трансформирующегося общества	2	2	–	3	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов
4.	Телесность как валеологическая ценность	2	2	–	3	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов
5.	Валеологическое мировоззрение и духовное здоровье	2	2	–	3	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный контрольный опрос, проверка рефератов

6.	Валеологические ценности физической культуры и спорта	1	1	–	3	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов
7.	Евгеническая наука о культуре здоровья	1	1	–	3	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов
8.	Генная инженерия и евгеника в контексте улучшения человеческого потенциала	1	1	–	3	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов

9.	Демографическая ситуация и генетическое здоровье населения России с точки зрения валеологии	1	1	–	3	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов
10.	Интеграция валеологии и санологии как двух моделей науки о здоровье	1	1	–	3	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов
11.	Валеологическое воспитание и валеологическая культура	1	1	–	3	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов

12.	Формирование валеологического пространства в образовательной системе РФ и РБ	1	1	–	3	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, проверка рефератов
13.	Валеология как наука и её место в практической деятельности социального работника	1	1	–	5,8	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6		Тестирование
	<b>Всего часов:</b>	18	18	–	41,8			

ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ ФИЛОСОФИИ И СОЦИОЛОГИИ

**СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

дисциплины «Основы валеологии» на 1 семестр

заочная

форма обучения

Рабочую программу осуществляют:

Лекции: доцент, к.с.н. Калимуллина Э.Р.

Практические занятия: доцент, к.с.н. Калимуллина Э.Р.

<b>Вид работы</b>	<b>Объем дисциплины</b>
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	3 / 108
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	16,7
лекций	6
практических/ семинарских	8
лабораторных	–
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) (ФКР)	1,7
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	82,3
Учебных часов на подготовку к экзамену/зачету (Контроль)	9

Форма(ы) контроля:  
зачет, 1 семестр

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)				Основная и дополнительная литература, рекомендуемая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, контрольные работы, компьютерные тесты и т.п.)
		ЛК	ПР/СЕМ	ЛР	СР			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Предмет, задачи и методы валеологии	2	–	–	6	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов
2.	Социальные основы валеологии	1	–	–	6	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов

3.	Изменения здоровья населения в условиях трансформирующегося общества	1	–	–	6	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов
4.	Телесность как валеологическая ценность	1	–	–	6	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов
5.	Валеологическое мировоззрение и духовное здоровье	1	–	–	6	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный контрольный опрос, проверка рефератов

6.	Валеологические ценности физической культуры и спорта	–	1	–	6	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов
7.	Евгеническая наука о культуре здоровья	–	1	–	6	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов
8.	Генная инженерия и евгеника в контексте улучшения человеческого потенциала	–	1	–	6	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов



9.	Демографическая ситуация и генетическое здоровье населения России с точки зрения валеологии	–	1	–	6	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов
10.	Интеграция валеологии и санологии как двух моделей науки о здоровье	–	1	–	6	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов
11.	Валеологическое воспитание и валеологическая культура	–	1	–	6	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, заслушивание докладов

12.	Формирование валеологического пространства в образовательной системе РФ и РБ	–	1	–	6	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Устный опрос, проверка рефератов
13.	Валеология как наука и её место в практической деятельности социального работника	–	1	–	10,3	Основная: №№ 1–3 Дополнительная: №№ 1–6	1) чтение и анализ текстов по теме; 2) конспектирование основной и дополнительной литературы	Тестирование
<b>Всего часов:</b>		6	8	–	82,3			

**Рейтинг – план дисциплины  
«Основы валеологии»**

специальность 39.03.02 Социальная работа

курс 1, семестр 1 2018 /2019 гг.

Количество часов по учебному плану 108, в т.ч. контактная работа 39, 2 самостоятельная работа 41,8

Преподаватель: Калимуллина Эльза Рамисовна

Кафедра: Социальной работы

Виды учебной деятельности студентов	Балл за конкретное задание	Число заданий за семестр	Баллы	
			Минимальный	Максимальный
<b>Модуль 1 Валеология и ее место в системе научных знаний</b>				
Текущий контроль				
1. Аудиторная работа	2	5	0	10
2. Доклад	2	5	0	10
Рубежный контроль				15
<b>Модуль 2 Задачи Валеологии в современном этапе развития общества</b>				
Текущий контроль				
1. Аудиторная работа	2	5	0	10
2. Доклад	2	5	0	10
Рубежный контроль				15
<b>Поощрительные баллы</b>				
1. Студенческая олимпиада			0	5
2. Публикация статей			0	5
<b>Посещаемость (баллы вычитаются из общей суммы набранных баллов)</b>				
1. Посещение лекционных занятий			0	- 6
2. Посещение практических (семинарских, лабораторных_ занятий)			0	- 10
<b>Итоговый контроль</b>				
Экзамен				30
Итого				110

Утверждено на заседании кафедры социальной работы

Протокол № от « » 2020 г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ / У.С. Вильданов /

Преподаватель \_\_\_\_\_ / Э.Р. Калимуллина /