


Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сахалинский государственный университет»

Кафедра безопасности жизнедеятельности

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель основной профессиональной
образовательной программы


(подпись,

Абрамова С.В.
расшифровка подписи)

« 15 » июня 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплины (модуля)

Б1.В.01 «ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки

20.03.01 Техносферная безопасность
(код и наименование направления подготовки)

профиль: Безопасность жизнедеятельности в техносфере
(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

бакалавр

Форма обучения

очная

заочная

РПД адаптирована для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Южно-Сахалинск, 2023

Рабочая программа дисциплины «Охрана здоровья и здоровый образ жизни» составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки **20.03.01 «Техносферная безопасность»**
код и наименование направления подготовки

Программу составил(и):

Е. В. Богдановская, старший преподаватель

И.О. Фамилия, должность, ученая степень, ученое звание



подпись

С.В. Абрамова, профессор, доктор педагогических наук, доцент

И.О. Фамилия, должность, ученая степень, ученое звание



подпись

Рабочая программа дисциплины «Охрана здоровья и здоровый образ жизни» утверждена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности протокол № 13 от « 15 » июня 2023 г.

Заведующий кафедрой _____ Абрамова С.В. _____

фамилия, инициалы



подпись

1. Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (модуля) – формирование у студентов систематизированных знаний в области сохранения и формирования здорового образа жизни человека и о навыках по обеспечению адаптационных возможностей организма к условиям среды обитания.

Задачи дисциплины (модуля):

- дать студентам фундаментальные представления об основах сохранения здоровья и здорового образа жизни, его сущности и обеспечение личной безопасности человека;
- формирование качеств личности безопасного типа поведения, направленных на мотивацию поддержания собственного здоровья и здоровья населения и умение применять эти знания на практике;
- изучение способов профилактики болезней, значение физической культуры и спорта для формирования здоровья;
- изучение репродуктивного здоровья и его роли в обеспечении благополучия личности, общества, государства;
- сформировать у студентов профессиональную и личностную компетентность в сфере учебной дисциплины «Охрана здоровья и здоровый образ жизни».

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина (модуль) «Охрана здоровья и здоровый образ жизни» относится к базовой части блока 1: вариативной части – Б1.В.01 предметно-профильной подготовки бакалавров, учебного плана.

Пререквизиты дисциплины (модуля): школьные предметы «Основы безопасности жизнедеятельности», «Биология», «Химия», «История».

Постреквизиты дисциплины: «Безопасности жизнедеятельности», «Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности», «Производственная санитария и гигиена труда».

3. Формируемые компетенции и индикаторы их достижения по дисциплине (модулю)

Коды компетенции	Содержание компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-1	Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1.1. знать: – методы критического анализа и оценки современных научных достижений; основные принципы критического анализа; – методики поиска, сбора и обработки информации; актуальные российские и зарубежные источники информации в сфере профессиональной деятельности; метод системного анализа. УК-1.2. уметь: – получать новые знания на основе анализа, синтеза и других методов; собирать данные по сложным научным проблемам, относящимся к профессиональной области; осуществлять поиск информации и решений на основе экспериментальных действий; – выявлять в процессе анализа проблематичность ситуации, определяет этапы ее разрешения с учетом вариативных контекстов; – находить, критически анализировать и выбирать

		<p>информацию, необходимую для выработки стратегии действий по разрешению проблемной ситуации;</p> <ul style="list-style-type: none"> – рассматривать различные варианты решения проблемной ситуации на основе системного подхода, оценивать их преимущества и риски; – грамотно, логично, аргументировано формулировать собственные суждения и оценки; предлагать стратегию действий; – определять и оценивать практические последствия реализации действий по разрешению проблемной ситуации; – применять методики поиска, сбора и обработки информации; – осуществлять критический анализ и синтез информации, полученной из разных источников; – предвидеть проблемную ситуацию и моделировать умения и навыки выхода из нее; – применять системный подход для решения поставленных задач. <p>УК-1.3.</p> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – исследованием проблем профессиональной деятельности с применением анализа, синтеза и других методов интеллектуальной деятельности; – выявлением научных проблем и использованием адекватных методов для их решения; – демонстрацией оценочных суждений в решении проблемных профессиональных ситуаций; – методами поиска, сбора и обработки, критического анализа и синтеза информации; методикой системного подхода для решения поставленных задач; – способностью выхода из проблемной ситуации в профессиональной деятельности.
ПК-15	<p>Способен анализировать механизмы воздействия опасностей на человека, определять характер взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия и комбинированного действия вредных факторов</p>	<p>ПК-15.1.</p> <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – методы анализа взаимодействия человека и его деятельности со средой обитания; – основы взаимодействия живых организмов с окружающей средой; – характеристики возрастания антропогенного воздействия на природу; – опасности среды обитания (виды, классификацию, поля действия, источники возникновения, теорию защиты); – основные техносферные опасности, их свойства и характеристики; – характер воздействия вредных и опасных факторов на человека и природную среду, методы защиты от них; – специфику и механизм токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия и комбинированного воздействия факторов; <p>ПК-15.2.</p> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять в общем виде оценку антропогенного воздействия на окружающую среду с учетом специфики природно-климатических условий; – анализировать свойства и характеристики основных техносферных опасностей;

		<p>– идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации, выбирать методы защиты от опасностей и способы обеспечения комфортных условий жизнедеятельности;</p> <p>– анализировать механизмы воздействия опасностей на человека;</p> <p>– определять характер взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учётом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия и комбинированного воздействия вредных факторов;</p> <p>– применять методы анализа взаимодействия человека и его деятельности со средой обитания.</p> <p>ПК-15.3.</p> <p>владеть:</p> <p>– навыками анализа механизмов воздействия опасностей на человека;</p> <p>– навыками определения характера взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учётом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия и комбинированного воздействия вредных факторов;</p> <p>– методами обеспечения безопасности среды обитания;</p> <p>– навыками измерения уровней опасностей на производстве и в окружающей среде, используя современную измерительную технику;</p> <p>– навыками выполнения мониторинга полей и источников опасностей в среде обитания.</p>
--	--	---

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.1. Структура дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единиц (144 академических часов).

Очная форма обучения

Вид работы	Трудоемкость, акад. часов	
	1 семестр	всего
Общая трудоемкость	144	144
Контактная работа:	42	42
Лекции (Лек)	18	18
Практические занятия (ПР)	18	18
Лабораторные работы (Лаб)	-	-
Контактная работа в период теоретического обучения (КонтТО) <i>(проведение текущих консультаций и индивидуальная работа со студентами)</i>	5	5
Индивидуальная работа со студентами	3	3
Консультация перед экзаменом	2	2
КонтПА	1	1
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен, зачет с оценкой)	экзамен	35
Самостоятельная работа: - выполнение индивидуального творческого задания (ИТЗ); - написание эссе (Э);	67	67

Вид работы	Трудоемкость, акад. часов	
	1 семестр	всего
<ul style="list-style-type: none"> - самостоятельное изучение разделов (перечислить); - самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий); - подготовка к практическим занятиям; - подготовка к промежуточной аттестации и т.п.) 		

Заочная форма обучения

Вид работы	Трудоемкость, акад. часов	
	1 семестр	всего
Общая трудоемкость	144	144
Контактная работа:	9	9
Лекции (Лек)	2	2
Практические занятия (ПР)	4	4
Лабораторные работы (Лаб)	-	-
Контактная работа в период теоретического обучения (КонтТО) (проведение текущих консультаций и индивидуальная работа со студентами)	0	0
КонтПА	3	3
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен, зачет с оценкой)	экзамен	6
Самостоятельная работа: <ul style="list-style-type: none"> - выполнение индивидуального творческого задания (ИТЗ); - написание эссе (Э); - самостоятельное изучение разделов (перечислить); - самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий); - подготовка к практическим занятиям; - подготовка к промежуточной аттестации и т.п.) 	129	129

4.2. Распределение видов работы и их трудоемкости по разделам дисциплины (модуля)

Очная форма обучения

№ п/п	Раздел дисциплины/ темы	Виды учебной работы (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
			контактная				
		семестр	Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Самостоятельна я работа	
1	Раздел 1. Охрана здоровье и здоровый образ жизни	1	14	14	-	47	дискуссия

2	Теоретические основы охраны здоровья и здорового образа жизни	1	2	2	-	10	практ. задание
3	Здоровый образ жизни и обеспечение личной безопасности	1	2	2	-	9	дискуссия
4	Профилактика болезней как биологическая и социальная проблема сохранения	1	2	2	-	9	реферативный обзор
5	Здоровье и факторы, его определяющие	1	4	4	-	10	семинар, тест
6	Валеология и ее взаимосвязь с основами охраны здоровья и ЗОЖ	1	2	2	-	9	реферативный обзор
7	<i>Раздел 2. Здоровый образ жизни и обеспечение личной безопасности человека</i>	1	4	4	-	20	семинар, презентация
8	Экологические факторы, влияющие на ЗОЖ.	1	2	2	-	10	семинар, презентация
9	Техногенные факторы, влияющие на здоровье	1	2	2	-	10	практ. задание
10	<i>экзамен</i>	1					экзамен по тестовым заданиям или по биллетам
11	итого:	1	18	18	-	67	

Заочная форма обучения

№ п/п	Раздел дисциплины/ темы		Виды учебной работы (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
			контактная				
		семестр	Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Самостоятельная работа	
1	<i>Раздел 1. Охрана здоровье и здоровый образ жизни</i>	1	1	2	-	64	дискуссия, практ. задание, тест, реферативный обзор
2	Теоретические основы охраны здоровья и здорового образа	1	0,5	-	-	14	практ. задание

	жизни						
3	Здоровый образ жизни и обеспечение личной безопасности	1	0,5	0,5	-	15	дискуссия
4	Профилактика болезней как биологическая и социальная проблема сохранения	1	0	0,5	-	15	реферативный обзор
5	Здоровье и факторы, его определяющие	1	0	0,5	-	15	семинар, тест
6	Валеология и ее взаимосвязь с основами охраны здоровья и ЗОЖ	1	-	0,5	-	15	дискуссия
7	<i>Раздел 2. Здоровый образ жизни и обеспечение личной безопасности человека</i>	1	1	2	-	65	семинар, презентация
8	Экологические факторы, влияющие на ЗОЖ.	1	0,5	1	-	32	семинар, презентация
9	Техногенные факторы, влияющие на здоровье	1	0,5	1	-	33	дискуссия
	<i>экзамен</i>					6	экзамен по тестовым заданиям или по биллетам
	итого:	1	2	4	-	129	

4.3. Содержание разделов дисциплины

Раздел 1. Охрана здоровье и здоровый образ жизни

Теоретические основы здорового образа жизни.

Концепция здоровья и ЗОЖ. Основные понятия дисциплины. Образ жизни и здоровья. Системный подход к оценке образа жизни. Категории, характеризующие образ жизни: уровень жизни, качество жизни, стиль жизни, уклад жизни.

Сущность здорового образа жизни в обществе. Место образа жизни в структуре причин, обуславливающих современную патологию человека.

Основные направления государственной деятельности по формированию здорового образа жизни. Значение и задачи службы социального обеспечения и здравоохранения в формировании здорового образа жизни, профилактики заболеваний. Правовые основы формирования здорового образа жизни. Компоненты ЗОЖ, средства и методы укрепления здоровья. Самовоспитание и самосовершенствование – важное звено самооздоровления организма. Методика самооценки образа жизни.

Здоровый образ жизни и обеспечение личной безопасности.

Определение понятия «здоровье». «Здоровье как состояние полного физического, душевного и социального благополучия» (определение ВОЗ). Факторы, влияющие на сохранение и укрепление здоровья: образ жизни, наследственность, окружающая среда и другие. Системный подход в решении проблем здоровья. Здоровье как общественная и личностная ценность. Социальное благополучие как составляющая здоровья. Закономерности и тенденции формирования и проявления отношения человека к

здоровью. Пути и средства формирования адекватного отношения личности к здоровью на разных этапах ее жизненного пути. Концептуальные основы здоровья современного человека. Три гармонии здоровья. Три составляющие здоровья человеческой личности. Понятие о здоровье и пути его формирования. Ступени развития духовно-нравственной сферы человека. Критерии психического здоровья. Факторы, формирующие соматическое здоровье человека. Человек как открытая биоэнергетическая система. Возможности социального оздоровления. Взаимовлияние социума и личности. Влияние культуры на здоровье людей. Социальные факторы, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье. Основные статистические показатели. Информированность населения о проблемах здоровья. Наука о здоровье: состояние и перспективы. Социально-гигиенический мониторинг. Медицина и здоровье.

Профилактика болезней как биологическая и социальная проблема.

Определение болезней, норма, патология. Методы профилактики болезней. Основные направления государственной деятельности в обеспечении биологической безопасности населения. Вакцинация населения ее значение.

Здоровье и факторы его определяющие.

Сбалансированное питание. Режим труда и отдыха. Закаливание. Двигательная активность. Стресс и его влияние на здоровье. Вредные привычки.

Валеология и ее взаимосвязь с основами ЗОЖ.

История развития науки. Цели и задачи валеологии. Основные определения и понятия в науке. Методика формирования здорового образа жизни в валеологии. Идея здоровья как основной жизненный приоритет. Стратегия, методы и средства формирования ЗОЖ с учётом возраста, пола, образования, профессии, индивидуальных особенностей человека. Биосоциальные критерии эффективности ЗОЖ. Задачи государства, местных органов управления по созданию инфраструктуры ЗОЖ. Идеология здоровья. Воспитание в семье культуры здоровья, потребности в ЗОЖ. Обучение здоровью в школах, в средних и высших учебных заведениях. Роль личности в сохранении и укреплении своего здоровья, значение самообразования и самовоспитания.

Раздел 2. Здоровый образ жизни и обеспечение личной безопасности человека.

Экологические факторы, влияющие на ЗОЖ.

Экологическая среда. Источники загрязнения, их общая характеристика. Принципы гигиенического нормирования загрязненности экологической среды Адаптация к изменениям природных факторов и к антропогенным загрязнениям. Эндоекология, ее значимость в сохранении и укреплении здоровья.

Урбанизация. Гигиена жилища: гигиенические требования к микроклимату жилых помещений. Уход за жилыми помещениями. Обеспечение условий для отдыха населения (зоны отдыха, стадионы, бассейны, парки и т.д.). Социальный аспект биоритмологии.

Лечебные и патогенные факторы Сахалинской области. Влияние солнечной радиации, метеорологических факторов, состояния воздушной, водной и почвенной среды на организм человека. Связь здоровья человека с разными природно-климатическими и производственными условиями.

Техногенные факторы, влияющие на здоровье.

Определение, классификация техногенных факторов. Химические факторы. Производственная среда и ее влияние на здоровье. Профессиональные заболевания. Методы профилактики и диагностики заболеваний.

4.4. Темы и планы практических/лабораторных занятий

Практическое занятие 1: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Нормативно-правовая база в области охраны здоровья»

Вопросы для обсуждения:

1. Конституция Российской Федерации констатирует и законодательно закрепляет

права человека и гражданина на охрану здоровья и получение качественной медицинской помощи, что предполагает существование развитой стабильной системы здравоохранения.

2. Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».

3. Теоретические основы здравоохранения.

Практическое занятие 2: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Здоровье и факторы его формирующие»

Вопросы для обсуждения:

1. Определение понятий: здоровье, здоровый образ жизни, болезнь, норма, профилактика, этиология, патогенез.

2. Холистическая модель здоровья.

3. Количественная характеристика уровня здоровья.

4. Здоровье населения и индивидуальное здоровье.

5. Индивидуальная норма здоровья и ее составляющие.

6. Факторы риска, отрицательно влияющие на здоровье.

Практическое занятие 3: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Иммунитет»

Вопросы для обсуждения:

1. Основные определения: иммунитет, иммунная система.

2. История, ученые.

3. Виды иммунитета, заболевания.

4. Генная инженерия в области иммунологии.

5. Влияние домашних животных иммунитет детей.

6. Влияние на питание на иммунитет.

Практическое занятие 4: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Валеология как интегративное научное направление»

1. Предмет и задачи валеологии.

2. Место валеологии среди других наук.

3. Классификация валеологии.

4. История развития валеологии как науки.

5. Валеологический подход к проблеме индивидуального здоровья.

Практическое занятие 5: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Витамины и добавки, диета: их значение и влияние на здоровье»

Вопросы к теме:

1. Классификация витаминов.

2. Значение витаминов для организма человека.

3. Добавки и их влияние на организм.

4. Диета - последствия.

Практическое занятие 6: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Профилактика болезней как биологическая и социальная проблема»

Вопросы к теме:

1. Инфекционные болезни современного общества.

2. Меры профилактики населения.

3. Закон о санитарно-эпидемиологическом благополучии населения, основные разделы и статьи.

4. Региональные и местные программы укрепления здоровья, профилактики заболеваний и оздоровления среды.

Практическое занятие 7: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Алкоголизм и табакокурение»

1. Действие алкоголя и табака на организм человека.

2. Стадии алкоголизма.

3. Психологическая зависимость курильщика.

4. Меры профилактики алкоголизма и табакокурения.

Практическое занятие 8: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Гигиена и ее

значение»

Вопросы к теме:

1. Цели и задачи гигиены.
2. Гигиена одежды.
3. Гигиена питания.
4. Гигиена детей и подростков.
5. Гигиенические требования к учебным учреждениям.

Практическое занятие 9: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Наркотики и наркомания: современные виды, последствия, методы борьбы»

Вопросы к теме:

1. Определение наркотикам и наркомании.
2. Последствия приема наркотиков.
3. Способы борьбы с наркоманией.
4. Уголовная ответственность за распространение наркотиков.

Практическое занятие 10: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Употребление алкогольных напитков, энергетиков и табакокурение: влияние, последствия, методы борьбы».

1. Действие алкоголя, энергетических напитков и табака на организм человека.
2. Стадии алкоголизма.
3. Психологическая зависимость курильщика.
4. Меры профилактики алкоголизма и табакокурения.

Практическое занятие 11: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Заболевания, передающиеся половым путем»

Вопросы к теме:

1. Классификация заболеваний.
2. Методы профилактики заболеваний.
3. Краткая характеристика основных видов заболеваний.
4. Последствия заболеваний.

Практическое занятие 12: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Сексуальное образование и поведение подростков»

Вопросы к теме:

1. Физиология полового созревания подростков.
2. Методы регуляции репродуктивной функции.
3. Беременность.

Практическое занятие 13: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Экология и ее влияние на здоровье».

Вопросы к теме:

1. Экология как наука.
2. Производственный фактор.
3. Вода и ее влияние на здоровье человека.
4. Воздух и его влияние на здоровье человека.

Практическое занятие 14: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Семейный кодекс РФ»

Вопросы к теме:

1. Значение Семейного кодекса.
2. Статьи Семейного кодекса.

Практическое занятие 15: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Оптимизация умственной работоспособности студента в образовательном процессе»

Вопросы к теме:

1. Работоспособность и внутренние факторы, ее обуславливающие.
2. Работоспособность, мотивация и установка.
3. Работоспособность и биоритмы.
4. работоспособность и утомление.

Практическое занятие 16: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Стресс и его влияние на организм»

Вопросы к теме:

1. Определение стресса.
2. Симптомы стресса.
3. Методы борьбы со стрессом.

Практическое занятие 17: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Беременность и здоровье»

Вопросы к теме:

1. Современные взгляды на зачатие.
2. Существует ли клеточная память?
3. Здоровье половых клеток - залог здоровья будущего ребенка.
4. Основные требования к здоровью женщины и мужчины до зачатия.
5. Психологическая подготовка родителей.

Практическое занятие 18: (в форме семинара) (2 ч.) Тема «Наследственность и здоровье ребенка»

Вопросы к теме:

1. Понятие о периодах и критических этапах развития плода.
2. Влияние генетических и средовых факторов на онтогенез.
3. Медико-генетическое консультирование.
4. Психическое развитие, понятие о безусловных рефлексах, роль взрослого в формировании условных.
5. Показатели физического развития и их изменение в различные возрастные периоды.
6. Роль взрослого в психоэмоциональном развитии ребенка.

4.5. Примерная тематика курсовых проектов (курсовых работ) *не предусмотрено*

5. Темы дисциплины (модуля) для самостоятельного изучения

Значение и задачи службы социального обеспечения и здравоохранения в формировании здорового образа жизни, профилактики заболеваний.

Вопросы для самоконтроля.

1. Службы социального обеспечения и здравоохранения РФ.
2. Методы и способы профилактики заболеваний в РФ.

Возможности социального оздоровления. Взаимовлияние социума и личности. Влияние культуры на здоровье людей.

Вопросы для самоконтроля.

1. Культура здоровья – это...
2. Основные компоненты культуры здоровья.
4. Факторы влияющие на формирование культуры здоровья.
5. Мотивация населения к формированию культуры здоровья.

Воспитание в семье культуры здоровья, потребности в ЗОЖ.

Вопросы для самоконтроля.

1. Валеология и ее влияние на формирование культуры здоровья.
2. Статус семьи и формирование культуры здоровья.
3. Взаимоотношения в семье и формирование культуры здоровья.

Стратегия, методы и средства формирования ЗОЖ с учётом возраста, пола,

образования, профессии, индивидуальных особенностей человека.

Вопросы для самоконтроля.

1. Стратегии формирования охраны здоровья и ЗОЖ.
2. Методы формирования охраны здоровья и ЗОЖ.
3. Средства формирования охраны здоровья и ЗОЖ.

6. Образовательные технологии

Используются формы и методы обучения: индивидуальные, групповые, фронтальные, коллективные, парные со сменным составом студентов очной формы обучения.

Для развития творческих индивидуальных способностей студентов, повышения качества усвоения учебного материала используем следующие активные методы обучения: метод гипотез, метод прогнозирования метод придумывания, метод «Если бы...».

Использование перспективных форм учебной деятельности также нашли свое применение, это – метод «мозговой штурм». Активно используются метод «анализ конкретной ситуации», которые моделируют реальную профессиональную деятельность. Лекционные и семинарские занятия с использованием блоков-схем, опорных конспектов, проекционной техники, презентации.

Также широко применяются компьютерные симуляции, разбор конкретных ситуаций в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных умений и навыков обучающихся.

Дистанционное обучение с использованием ЭИОС на платформе Moodle:

- технология мультимедиа в режиме диалога;
- технология неконтактного информационного взаимодействия (виртуальные кабинеты, лаборатории);
- гипертекстовая технология (электронные учебники, справочники, словари, энциклопедии).

Образовательные технологии

№ п/п	Наименование раздела	Виды учебных занятий	Образовательные технологии
1.	Раздел 1. Охрана здоровье и здоровый образ жизни	<i>Лекция 1. Теоретические основы охраны здоровья и здорового образа жизни</i> <i>Семинар 1. «Нормативно-правовая база в области охраны здоровья»</i> <i>Самостоятельная работа</i>	<i>Вводная лекция с использованием видеоматериалов</i> <i>Развернутая беседа с обсуждением доклада</i> <i>Консультирование и проверка домашних заданий посредством электронной почты</i>
2		<i>Лекция 2. Здоровый образ жизни и обеспечение личной безопасности</i> <i>Семинар 3. «Иммунитет»</i>	<i>Вводная лекция с использованием видеоматериалов</i> <i>Развернутая беседа с обсуждением доклада</i>

		<i>Самостоятельная работа</i>	<i>Консультирование и проверка домашних заданий посредством электронной почты</i>
3		<p><i>Лекция 3. Профилактика болезней как биологическая и социальная проблема сохранения</i></p> <p><i>Семинар 6. Профилактика болезней как биологическая и социальная проблема сохранения</i></p> <p><i>Самостоятельная работа</i></p>	<p><i>Вводная лекция с использованием видеоматериалов</i></p> <p><i>Развернутая беседа с обсуждением доклада</i></p> <p><i>Консультирование и проверка домашних заданий посредством электронной почты</i></p>
4		<p><i>Лекция 4. Здоровье и факторы его определяющие</i></p> <p><i>Семинар 7 «Гигиена и ее значение».</i></p> <p><i>Самостоятельная работа</i></p>	<p><i>Вводная лекция с использованием видеоматериалов</i></p> <p><i>Развернутая беседа с обсуждением доклада</i></p> <p><i>Консультирование и проверка домашних заданий посредством электронной почты</i></p>
5		<p><i>Лекция 5. Здоровье и факторы его определяющие</i></p> <p><i>Семинар 8 «Стресс и его влияние на организм»</i></p> <p><i>Самостоятельная работа</i></p>	<p><i>Лекция-беседа.</i></p> <p><i>Семинар «круглый стол»</i></p> <p><i>Консультирование и проверка домашних заданий посредством электронной почты</i></p>
6		<p><i>Лекция 6. Валеология и ее взаимосвязь с основами охраны здоровья и ЗОЖ</i></p> <p><i>Семинар 9 «Употребление алкогольных напитков, энергетиков и табакокурение: влияние, последствия, методы борьбы».</i></p> <p><i>Самостоятельная работа</i></p>	<p><i>Вводная лекция с использованием видеоматериалов</i></p> <p><i>Семинар-дебаты.</i></p> <p><i>Консультирование и проверка домашних заданий посредством электронной почты</i></p>

			заданий посредством электронной почты
7	Раздел 2. Здоровый образ жизни и обеспечение личной безопасности человека	<p>Лекция 7. Экологические факторы, влияющие на ЗОЖ.</p> <p>Семинар 10 «Экология и ее влияние на здоровье».</p> <p>Самостоятельная работа</p>	<p>Лекция-беседа</p> <p>Семинар с использованием дебатов</p> <p>Консультирование и проверка домашних заданий посредством электронной почты</p>
8		<p>Лекция 9. Техногенные факторы, влияющие на здоровье.</p> <p>Семинар 11. «Наследственность и здоровье ребенка»</p> <p>Самостоятельная работа</p>	<p>Лекция-интервью.</p> <p>Семинар с использованием метода анализа конкретных ситуаций</p> <p>Консультирование и проверка домашних заданий посредством электронной почты</p>

7. Оценочные средства (материалы) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Вопросы к экзамену:

1. Определение понятия «охрана здоровья», «здоровье» и «здоровый образ жизни». Количественная характеристика уровней здоровья.
2. Факторы, влияющие на сохранение и укрепление здоровья: образ жизни, наследственность, окружающая среда и другие.
3. Здоровье как общественная и личностная ценность.
4. Закономерности формирования отношения человека к здоровью.
5. Концептуальные основы здоровья современного человека.
6. Критерии психического здоровья.
7. Факторы, формирующие соматическое здоровье человека.
8. Взаимовлияние социума и личности. Влияние культуры на здоровье людей.
9. Индивидуальное и общественное здоровье. Информированность населения о проблемах здоровья.
10. Наука о здоровье: состояние и перспективы.
11. Социально-гигиенический мониторинг.
12. Абиотические факторы и их воздействие на человека. Метеотропные реакции.
13. Понятие о биоритмах человека. Часовые пояса. Последствия нарушения биоритмов и смены часового пояса.
14. Атмосферный воздух как фактор внешней среды.
15. Загрязнённая вода как фактор риска для здоровья человека. Микробиологическое загрязнение воды.
16. Химическое загрязнение воды.

17. Почва как фактор внешней среды. Химическое загрязнение почвы. Нитраты. Пестициды. Профилактика отравлений.
18. Биологическое загрязнение почвы.
19. Радиоактивное загрязнение. Естественный радиационный фон. Радионуклиды естественного происхождения.
20. Искусственный радиационный фон. Воздействие ионизирующего излучения на организм.
21. Нерациональное питание как фактор, негативно влияющий на здоровье.
22. Физическое загрязнение среды.
23. Гипокинезия. «Болезни цивилизации».
24. Табакокурение. Медико-биологическая характеристика никотина. Последствия табакокурения.
25. Алкоголизм. Медико-биологическая характеристика алкоголя. Причины алкоголизма. Вредное влияние алкоголя на организм. Детский алкоголизм. Женский алкоголизм.
26. Наркомания. Вредное влияние наркотиков на физическое и психическое здоровье. Причины употребления наркотиков.
27. Биоритмы. Причины и последствия нарушения биологических ритмов человека.
28. Сон. Гигиена сна. Нарушения сна и их последствия.
29. Влияние образа жизни родителей на здоровье детей.
30. Заболевания с наследственной предрасположенностью. Критические периоды развития плода. Пороки развития и их причины.
31. Социальная сущность наиболее распространенных болезней: алкоголизма, наркомании, токсикомании, инфекционных заболеваний, СПИДа.
32. Понятие о неинфекционных заболеваниях. Хронические неинфекционные заболевания среди различных возрастных групп населения.
33. Инфекционные болезни и эпидемический процесс. Инфекционные болезни в современном обществе.
34. Понятия об эпидемическом процессе, его формы. Очаги инфекции.
35. Понятие о школьной зрелости. Медицинский, педагогический, социальный аспекты. Адаптация и дезадаптация к школе. Физиологическая и социально-психологическая адаптации.
36. Утомление, усталость и переутомление. Причины и последствия переутомления.
37. Факторы обучения, неблагоприятно влияющие на здоровье школьника (интенсификация учебного процесса, чрезмерная сложность учебного материала, авторитарная тактика преподавания дисциплин, «оценочный фактор» и др.).
38. Неврозы обучения и их причины. Неврозоподобные состояния. Школьный стресс. Дидактогения. Школофобия. Астенический синдром.
39. Понятие о физиологическом, психологическом, информационном, эмоциональном стрессе.
40. Понятие о стрессе и дистрессе
41. Коррекция физического здоровья. Традиционные и нетрадиционные методы оздоровления. Коррекция психического здоровья. Психогигиена.
42. Нарушение осанки, патологические изгибы позвоночника, плоскостопие. Причины нарушения осанки. Профилактика.
43. Гигиена зрения. Миопия (близорукость). Причины развития.
44. Психическое здоровье. Содержание понятия и основные критерии психического здоровья. Факторы риска, влияющие на нарушение психического здоровья и развитие психических заболеваний.
45. Факторы, влияющие на индивидуальное развитие ребенка. Критические

периоды развития и их влияние на психическое здоровье.

46. Дети из неблагополучных семей. Взаимосвязь и взаимозависимость психического состояния и здоровья.

47. Репродуктивное поведение и его безопасность.

48. Этические представления о беременности, материнстве, современных методах контрацепции, искусственного прерывания беременности и репродуктивных медицинских технологиях.

49. Типология семейного воспитания.

50. 5Культура семейных отношений.

51. Определение понятия "здоровье" и "здоровый образ жизни". Количественная характеристика уровней здоровья.

52. Здоровье населения и индивидуальное здоровье. Показатели здоровья.

53. Факторы, влияющие на здоровье. Роль различных факторов в укреплении здоровья.

54. Взаимосвязь здоровья, предболезни, болезни.

55. Медико-статистические показатели здоровья населения.

56. Режим дня и здоровье.

57. Двигательная активность и здоровье.

58. Механизм адаптации к физическим нагрузкам.

59. Гипокинезия (гиподинамия), гиперкинезия, оптимальная ДА. Их влияние на организм.

60. Виды физических оздоровительных упражнений, их влияние на организм.

61. Методы оптимизации (дозирования) двигательной активности при занятиях оздоровительной физкультурой.

62. Понятие о максимальном потреблении кислорода (МПК). МПК - количественный уровень (показатель) здоровья. Простые методы определения и оценка.

63. Оценка уровня здоровья по Г.А. Апанасенко.

64. Основные правила проведения оздоровительной физической тренировки.

65. Утренняя гигиеническая гимнастика (УГГ). Ее роль и значение, влияние на организм.

66. Закаливание. Виды, значение, правила организации и проведения закаливания.

67. Самоконтроль в процессе занятий физкультурой и спортом, его значение. Показатели самоконтроля.

68. Питание и здоровье. Понятие о рациональном, сбалансированном питании.

69. Белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, витамины. Их значение в питании.

70. Основы формирования мотиваций и установок на здоровый образ жизни.

71. Здоровый образ жизни как основное условие здоровья.

72. Вредные привычки и здоровье. Профилактика вредных привычек.

73. Здоровье сберегающая организация учебно-воспитательного процесса в учебное и внеучебное время.

74. Роль учителя в формировании здоровья учащихся и профилактике заболеваний.

75. Эффекты (основные и побочные) действия лекарственных веществ на организм.

76. Понятие об асептике и антисептике, их виды и средства.

77. Травмы у детей и их профилактика.

78. Отравление. Определение понятия, классификация, пути проникновения ядовитых веществ в организм.

79. Аллергические состояния: причины, признаки, неотложная помощь, профилактика.

80. Характеристика патогенных микроорганизмов (классификация, свойства, устойчивость к воздействию факторов внешней среды).
81. Инфекционный и эпидемиологический процессы, их основные закономерности.
82. Иммуитет и восприимчивость организма человека к инфекционным болезням.
83. Профилактика заболеваний, передающихся половым путём.
84. Понятие о профилактике заболеваний. Специфическая и неспецифическая, первичная и вторичная профилактика.

Темы индивидуальных творческих заданий: долгосрочное задание (презентация не менее 10 слайдов) по два студента на тему:

1. Влияние цвета на здоровье человека.
2. Косметика и ее влияние на здоровье.
3. Диеты и их последствия.
4. Психологическое здоровье: секты
5. Бытовая химия и ее влияние на здоровье.
6. История пирсинга и образа жизни.
7. Общество и его влияние на образ жизни.
8. Взаимоотношения в семье: отцы и дети, дети и дети и т.д.
9. Влияние музыки, звуков на человека.
10. Самолечение и его последствия.
11. Лекарственные и ядовитые растения Сахалинской области.
12. Взаимоотношения человека и животных: польза или вред.
13. Влияние техники на здоровье.
14. Сон, сны и его влияние на состояние здоровья.
15. Значение воды для здоровья человека.
16. Одежда и ее влияние на человека.
17. Сыроедение
18. Образ жизни и религия
19. Методы пропаганды ЗОЖ
20. История развития олимпийских игр
21. Большой спорт и его влияние здоровый образ жизни
22. Мутации и наследственные заболевания
23. Инновационные технологии в формировании ЗОЖ
24. История развития татуировок и их влияние на здоровье человека
25. Мусорный остров в океане
26. Быт и здоровье
27. Аборты и их влияние на здоровье
28. Современные средства контрацепции и значение гигиены для здоровья
29. Классификация факторов, влияющих на здоровье и ЗОЖ
30. Свободная тема

8. Система оценивания планируемых результатов обучения

Форма контроля	За одну работу		Всего
	миним. баллов	макс. баллов	
Текущий контроль:			
- опрос (тест промежуточный по трем темам)	3 баллов	11 баллов	31
- участие в дискуссии на лекции (9 лекций)	1 баллов	2 баллов	18
- подготовка к семинару (18 семинаров)	1 баллов	2 баллов	36
- творческое задание (1 задание)	5 баллов	15 баллов	15

Промежуточная аттестация			
Итого за семестр (дисциплину): экзамен	41	99	100 баллов

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

9.1. Основная литература

1. Бакешин, К. П. Основы здорового образа жизни студента [Электронный ресурс] : учебное пособие / К. П. Бакешин. – Электрон. текстовые данные. – СПб. : Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016. – 96 с
2. Пискунов, В. А. Здоровый образ жизни [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. А. Пискунов, М. Р. Максинаева, Л. П. Тупицына. – Электрон. текстовые данные. – М. : Прометей, 2012. – 86 с
3. Мархоцкий, Я. Л. Валеология [Электронный ресурс] : учебное пособие / Я. Л. Мархоцкий. — Электрон. текстовые данные. — Минск : Вышэйшая школа, 2010. — 286 с.
4. Татарова, С. Ю. Педагогические элементы морфогенеза здорового образа жизни студентов [Электронный ресурс] : учебное пособие / С. Ю. Татарова, В. Б. Татаров. – Электрон. текстовые данные. – М. : Научный консультант, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, 2018. – 202 с

9.2. Дополнительная литература

1. Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. Здоровье и физическая культура студента / Под ред. В.А. Бароненко: Учеб. пособие. М.: Альфа-М: ИНФРА-М, 2006. – 352 с.: ил.
2. Гигиена и экология человека: учеб. для студ. сред. проф. учеб. заведений / [Н.А. Матвеева, А.В. Леонов, М.П. Грачева и др.] ; под ред. Н.А. Матвеевой. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 304 с.
3. Казим Э.М., Блинова Н.Г., Литвинова Н.А. Основы индивидуального здоровья человека: Введение в общую и прикладную валеологию: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2000. – 192с.
4. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 320 с.
5. Мисюк, Марина Николаевна. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие для студентов вузов / М. Н. Мисюк. –2-е изд., испр. и доп. – М. Н. Мисюк. – М.: Юрайт, 2012. – 431 с.
6. Пивоваров Ю.П., Королик В.В., Зиневич Л.С. Гигиена и основы экологии человека. Серия «Учебники и учебные пособия». Ростов н/Д: «Феникс», 2002. – 512 с.
7. Протасов В.Ф. Экология, здоровье и охрана окружающей среды в России: Учебное и справочное пособие. – 3-е изд. – М.: Финансы и статистика, 2001. – 672 с.
8. Психология здоровья: Учебник для вузов / Под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2003. – 607 с. – (Серия «Учебник для вузов»)
9. Рубанович, Виктор Борисович. Основы здорового образа жизни: Учебное пособие/ М-во образ. и науки РФ, ФГБОУ ВПО НГПУ, ФГБОУ ВПО МПГУ, В. Б. Рубанович, Р. И. Айзман. – Новосибирск: АРТА, 2011. – 256 с.
10. Соковня-Семенова И.И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. – 2-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 208 с.
11. Туманян Г.С. Здоровый образ жизни и физическое совершенствование: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Г.С. Туманян. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 336 с.
12. Черемисов В.Н. Валеология: учебное пособие / Черемисов В.Н. – М.: Физическая культура, 2005. – 144 с.

13. Хата Захар Ильич Здоровье человека в современной экологической обстановке / Захар Ильич Хата. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2001. – 208 с.: – (Популярная медицина).

9.3. Периодические издания (при необходимости)

Журналы о здоровом образе жизни: функциональные, тематические и жанровые особенности // Человек и наука. – <http://cheloveknauka.com/zhurnaly-o-zdorovom-obraze-zhizni-funktsionalnye-tematicheskie-i-zhanrovye-osobennosti>

Вестник ЗОЖ <http://jurnali-online.ru/vestnik-zozh>

9.4. Программное обеспечение

1. Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN 1 License (бессрочная), (лицензия 49512935);
2. Microsoft Sys Ctr Standard Sngl License/Software Assurance Pack Academic License 2 PROC (бессрочная), (лицензия 60465661)
3. Microsoft Win Home Basic 7 Russian Academic OPEN (бессрочная), (лицензия 61031351),
4. Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN, (бессрочная) (лицензия 61031351),
5. Microsoft Windows Professional 8 Russian Upgrade Academic OPEN (бессрочная), (лицензия 61031351),
6. Microsoft Internet Security&Accel Server Standart Ed 2006 English Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 41684549),
7. Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880),
8. Microsoft Windows Server CAL 2008 Russian Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880),
9. Microsoft Windows 10 Pro, 64 bit, Rus, OEM, Операционная система
10. Неисключительное право на использование ПО Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Расширенный Russian Edition.
11. Неисключительное право на использование ПО Kaspersky Security для виртуальных и облачных сред, Server, VirtSvr, License, Education Renewal
12. ABBYYFineReader 11 Professional Edition, (бессрочная), (лицензия AF11-2S1P01-102/AD),
13. Microsoft Volume Licensing Service, (бессрочная), (лицензия 62824441),
14. Microsoft Windows Pro 64bit DOEM, (бессрочная), контракт № 6-ОАЭФ2014 от 05.08.2014
15. Visual Studio Professional
16. «Антиплагиат. ВУЗ». Лицензионный договор № 5044 от 14.05. 2022 года (ежегодное продление)

9.5. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий

1. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» (<http://www.consultant.ru>)
 2. Электронная библиотечная система eLIBRARY.RU (<http://www.elibrary.ru/>) и т.д.
 3. Электронная библиотечная система: www.iprbookshop.ru
 4. Национальная электронная библиотека: <http://нэб.рф/>
 5. Электронная библиотечная система: biblio-online.ru
- Забота о здоровье https://bd.fom.ru/report/cat/home_fam/healthca/d080823
- Влияние здоровья и здорового образа жизни на эффективность образования в странах с высоким уровнем доходов: обзор данных <http://www.euro.who.int/ru/publications/abstracts/impact-of-health-and-health-behaviours-on->

10. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Учебные и учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для слепых и слабовидящих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением, или могут быть заменены устным ответом;
- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
- для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;
- письменные задания оформляются увеличенным шрифтом;
- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

Для глухих и слабослышащих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, либо предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;
- письменные задания выполняются на компьютере в письменной форме;
- экзамен и зачёт проводятся в письменной форме на компьютере; возможно проведение в форме тестирования.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением;
- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

При необходимости предусматривается увеличение времени для подготовки ответа.

Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся устанавливается с учётом их индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения предусматривается использование технических средств, необходимых в связи с индивидуальными особенностями обучающихся. Эти средства могут быть предоставлены университетом, или могут использоваться собственные технические средства.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Обеспечивается доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для слепых и слабовидящих:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для глухих и слабослышащих:

- в печатной форме;

- в форме электронного документа.

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Учебные аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения:

Для слепых и слабовидящих:

для глухих и слабослышащих:

- автоматизированным рабочим местом для людей с нарушением слуха и слабослышащих;

- акустический усилитель и колонки;

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- передвижными, регулируемые эргономическими партами СИ-1;
- компьютерной техникой со специальным программным обеспечением.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

1. Специализированные аудитории с наличием мультимедийного комплекса (компьютерная техника, мультимедийный проектор, экран, видео-, аудиоаппаратура).

2. Аудитории с наличием тематических стендов и технической аппаратуры.

3. Компьютерный класс для тестирования студентов по разделам дисциплины, с количеством компьютеров равным количеству студентов в группе.

Для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы используются учебные аудитории, отвечающие противопожарным правилам и нормам, обеспечивающих проведение всех видов деятельности обучающихся при освоении дисциплины, а также помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

Учебные аудитории укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения (мультимедийными комплексами), служащими для представления учебной информации большой аудитории.

В целом, для проведения лекционных занятий: лекционные учебные аудитории материально-техническое оснащение которых составляют: учебно-наглядные пособия: наглядно-дидактические материалы. Столы аудиторные, стол преподавательский, стулья аудиторные, стул преподавательский, кафедра, доска микшер, микрофон, аудио-видео усилитель, ноутбук, Операционная система Microsoft Windows 10, Microsoft Office Professional Plus 2007.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети «Интернет» и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду вуза.

1. Учебные аудитории:

Учебные аудитории для проведения лабораторных работ № 108, 207 корпус № 5, СахГУ.

Учебная аудитория для проведения лекций № 207, 204, 205 корпус № 5, СахГУ.

2. Приборы и оборудование.

Проектор Trpson EB-S6.

Экран настенный ScreenMedia Goldview 183x244cm, MW, 4:3, подпруженный, 4-уг.

Графический планшет Wireless Pen Table A5 (Graphire Bluetooth) (СТЕ-630BT3)/

Ноутбук 15,6 ASUS X58Le.

Универсальный потолочный настенный комплект Paramount, состоящий из

крепления+штанги 42-65.

Фотоаппарат цифровой Konika Minolta.

Экран на штативе Draper Consul 178x178.

К рабочей программе прилагаются:

Приложение 1 - Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине (модулю) *(разрабатывается в виде отдельного документа);*

Приложение 2 - Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).

(Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) могут быть представлены в виде изданных печатным и (или) электронным способом методических разработок со ссылкой на адрес электронного ресурса в виде рекомендаций обучающимся по изучению разделов и тем дисциплины (модуля) указанием глав, разделов, параграфов, задач, заданий, тестов и т.п. из рекомендованного списка литературы.)

УТВЕРЖДЕНО

Протокол заседания кафедры
№ _____ от _____

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

(Изменения и дополнения в РПД вносятся ежегодно и оформляются в данной форме. Изменения вносятся заменой отдельных листов (старый лист при этом цветным маркером перечеркивается, а новый лист с изменением степлером прикалывается к рабочей программе (хранится на кафедре), в электронной форме РПД должна быть актуализированной всегда, т.е. с внесенными изменениями.

При наличии большого количества изменений и поправок, затрудняющих понимание, возникших в связи с изменением нормативной базы ВО и другим причинам, проводится полный пересмотр РПД (т.е. выпускается новая РПД), которая проходит все стадии проверки и утверждения).

в рабочей программе (модуле) дисциплины _____
(название дисциплины)

по направлению подготовки (специальности) _____

на 20___/20___ учебный год

1. В _____ вносятся следующие изменения:
(элемент рабочей программы)

- 1.1.;
- 1.2.;
- ...
- 1.9.

2. В _____ вносятся следующие изменения:
(элемент рабочей программы)

- 2.1.;
- 2.2.;
- ...
- 2.9.

3. В _____ вносятся следующие изменения:
(элемент рабочей программы)

- 3.1.;
- 3.2.;
- ...
- 3.9.

Составитель
дата

подпись

расшифровка подписи

Зав. кафедрой

подпись

расшифровка подписи