

Рабочая программа дисциплины «Культура здоровья и безопасности» составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки **44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)**

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 «Культура здоровья и безопасности» утверждена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности **протокол № 11 от « 16 » июня 2025 г.**

Заведующий кафедрой _____ Абрамова С.В.

фамилия, инициалы



подпись

1. Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (модуля) «Культура здоровья и безопасности» формирование у студентов устойчивого интереса и стремления к здоровому образу жизни и к культуре безопасности, предполагающих использование приобретенной совокупности знаний, умений и навыков для обеспечения безопасности в профессиональной деятельности, рассматривающегося в качестве приоритетного.

Задачи дисциплины (модуля):

- дать студентам фундаментальные представления об основах здорового образа жизни, его сущности и обеспечение личной безопасности человека;
- формирование качеств личности безопасного 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 систематизированные знания в области формирования здорового образа жизни человека и навыков по обеспечению адаптационных возможностей организма к условиям обитания.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Б1.В.ДВ.01.02 «Культура здоровья и безопасности» дисциплина (модуль) относится к Элективным дисциплинам (модулям) вариативной части блока Б1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

Пререквизиты дисциплины: на результаты обучения, которых опирается данная дисциплина: учебные предметы «Биология», «Физика», «Химия» в объеме средней общеобразовательной школы, Возрастная анатомия, физиология и гигиена, Безопасность жизнедеятельности.

Постреквизиты дисциплины: перечень дисциплин, опирающихся на данную дисциплину: Биологическая безопасность, Безопасность в городской среде, Охрана труда на производстве и в учебном процессе, Первая помощь пострадавшим, педагогическая практика и др.

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

Коды компетенции	Содержание компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1. знать: условия обеспечения устойчивого развития общества, научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций; приемы первой помощи; основы медицинских знаний, правила поведения в военных конфликтах. УК-8.2. уметь: создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций;

		предотвратить возникновение опасных ситуаций, в том числе на основе приемов по оказанию первой медицинской помощи и базовых медицинских знаний. УК-8.3. владеть: навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; приемами первой медицинской помощи; базовыми медицинскими знаниями; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций; навыками поведения в случае возникновения военных конфликтов
ПК-4	Способен организовывать индивидуальную и совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области	ПК-4.1. знать: – основы педагогики, возрастной психологии и методики организации учебной деятельности; – принципы проектного обучения и его роль в современном образовании; – методы мотивации и вовлечения обучающихся в индивидуальную и групповую работу; – современные цифровые и интерактивные инструменты для организации проектной деятельности. ПК-4.2. уметь: – разрабатывать учебные проекты с учетом целей, уровня подготовки и интересов обучающихся; – организовывать индивидуальную и групповую работу, распределять роли и задачи; – оценивать результаты проектной деятельности и давать конструктивную обратную связь; – адаптировать методы организации проектной работы под разные образовательные задачи (контексты). ПК-4.3. владеть: – навыками проектирования индивидуальной и совместной учебно-проектной деятельностью обучающихся в соответствующей предметной области; – умением разрабатывать четкие инструкции и критерии оценки проектов; – опытом использования цифровых технологий для поддержки проектной работы (онлайн-коллаборация, презентационные инструменты и др.).
ПК-5	Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности	ПК-5.1. знать: – закономерности строения и функционирования здорового организма; – основы охраны труда, здорового образа жизни в структуре безопасности жизнедеятельности; – механизмы сохранения физического и психического здоровья и влияния факторов окружающей среды на состояние здоровья детей и подростков; – научно-биологические и практические основы здорового образа жизни; – просветительскую деятельность в области обеспечения охраны жизни и здоровья обучающихся и способы пропаганды здорового образа жизни; – здоровьесберегающие технологии; ПК-5.2. уметь: – оценивать психическое и физическое состояние здоровья детей и подростков, учитывать индивидуальные и возрастные особенности развития

		организма обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности; – организовать взаимодействие с детьми, подростками и взрослым населением в локальных опасных и чрезвычайных ситуациях, применять своевременные меры по ликвидации их последствий для обеспечения охраны жизни и здоровья; – применять средства индивидуальной и коллективной защиты от производственных (образовательный процесс) опасностей и угроз; – осуществлять мероприятия по защите учащихся и территорий от чрезвычайных ситуаций социального, техногенного и природного характера с целью обеспечения охраны жизни и здоровья; – организовать досуг учащихся, способствующий формированию здорового образа жизни, организовать учебно-воспитательный процесс и внеурочную деятельность с использованием здоровьесберегающих технологий; ПК-5.3. владеть: – методами комплексной оценки состояния здоровья и поддержки здорового образа жизни; – основными методами и приемами охраны и защиты жизни и здоровья детей, подростков и населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оказания само- и взаимопомощи; – системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности; – базовыми приемами пропаганды здорового образа жизни обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности.
ПК-7	Способен разрабатывать и реализовывать культурно-просветительские программы в соответствии с потребностями различных социальных групп	ПК-7.1. знать: – сущность, цели и задачи культурно-просветительской деятельности в образовательной и социальной сфере; – социокультурные особенности различных социальных, возрастных, этноконфессиональных групп; – нормативно-правовые основы организации культурно-просветительской деятельности; – формы, методы и технологии реализации культурно-просветительских программ; – принципы проектирования социально-культурных мероприятий и программ. ПК-7.2. уметь: – выявлять культурные, образовательные и просветительские потребности различных социальных групп; – разрабатывать культурно-просветительские программы с учётом запросов целевой аудитории и социального контекста; – применять современные и традиционные формы просветительской работы (лекции, мастер-классы, акции, выставки, театральные формы и др.); – использовать медиаресурсы, цифровые и

		интерактивные технологии для повышения вовлеченности участников; – оценивать эффективность реализации программ, в том числе через обратную связь с участниками. ПК-7.3. владеть: – методами анализа социального контекста и культурных кодов различных групп населения; – приёмами адаптации культурного контента под особенности аудитории (дети, подростки, взрослые, пожилые, маломобильные группы и др.); – технологиями фасилитации, модерации и вовлечения в культурно-просветительскую деятельность; – навыками документального сопровождения программ (сценарии, отчёты, презентации, медиаматериалы); – механизмами партнёрства с учреждениями культуры, образования и НКО при реализации культурных инициатив.
--	--	--

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.1. Структура дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы (72 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, акад. часов	
	5 семестр	всего
Общая трудоемкость	72	72
Контактная работа:	28	28
Лекции (Лек)	12	12
Практические занятия (ПР)	12	12
Лабораторные работы (Лаб)	-	-
Контактная работа в период теоретического обучения (КонтТО)	4	4
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен, зачет с оценкой)	контроль-ная работа	-
Самостоятельная работа: - выполнение индивидуального творческого задания (ИТЗ); - выполнение расчетно-графического задания (РГЗ); - написание реферата (Р); - 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 коллоквиумам; - подготовка к промежуточной аттестации и т.п.	44	44

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	Самостоятельная работа	
1	Раздел 1. Здоровый образ жизни (ЗОЖ) и его составляющие	5	2	2	-	7	дискуссия (творческая работа в группах)
2	Раздел 2. Медико-гигиенические аспекты, формирующие здоровый образ жизни	5	4	4	-	10	практ. задание, тест, реферативный обзор; дискуссия; доклад с презентацией
3	Раздел 3. Здоровый образ жизни и обеспечение личной безопасности человека	5	2	2	-	10	доклад с презентацией, дискуссия
4	Раздел 4. Правовые, экономические и психофизиологические аспекты взаимоотношений полов	5	2	2	-	7	практ. задание, тест, доклад с презентацией, дискуссия
5	Раздел 5. Культура безопасности	5	2	2		10	практ. задание, тест, доклад с презентацией, дискуссия
	Контрольная работа	5	–	–	–	–	тестирование и беседа по вопросам контрольной работы
	итого	5	12	12	-	44	

4.3. Содержание разделов дисциплины

Раздел 1. Здоровый образ жизни (ЗОЖ) и его составляющие

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.

Раздел 2. Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни

Основы микробиологии, иммунологии и эпидемиологии. Профилактики

соматических и инфекционных заболеваний.

Основные направления социальной политики государства, способствующей сохранению и укреплению здоровья населения. Основные принципы охраны здоровья населения и профилактической помощи. Принципы деятельности государственной системы здравоохранения.

Основные виды лечебно-профилактических учреждений. Заболеваемость (инфекционная, неинфекционная, острая, хроническая), смертность как показатели состояния здоровья населения. Страховая медицина. Инвалидность. Профессиональные заболевания. Характер здоровья населения России. Продолжительность жизни. Понятие фактора риска. Группы риска. Группы риска в возрастном аспекте. Факторы риска для детей и подростков. Особенности организации медицинской помощи больным с инфекционными, венерическими, психическими, онкологическими заболеваниями.

Инфекционные болезни в современном обществе. Механизм развития инфекционных заболеваний, их классификация. Понятия об эпидемическом процессе, его формы. Очаги инфекции. Изоляция источника инфекции. Карантин.

Понятие об иммунитете и основных защитных факторах организма. Антигены, антитела, реакции агглютинации. Аллергия и аллергические реакции. Вакцины и сыворотки. Показания и противопоказания к прививкам. Проблема качества вакцин и организации прививок. Роль лечебно-профилактических и санитарно-профилактических учреждений в организации и проведении прививок, оценка их эффективности. Правовые основы иммунопрофилактики.

Санитарно-эпидемиологическое благополучие населения и основы его обеспечения. Закон о санитарно-эпидемиологическом благополучии как мера социальной защиты населения, его основные разделы и статьи. Система мер санитарно-гигиенического характера по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия населения.

Третье состояние. Факторы его определяющие. Группы здоровья. Иммунитет. Специфика и актуальность медико-философского понимания человека. Соотношение социального и биологического как базисная проблема философии.

Понятие о здоровье и болезни. Слагаемые здоровья. Состояние здоровья населения. Государственная программа по охране здоровья. Влияние факторов на индивидуальное развитие человека: климата, природного окружения, биоритмов, генетических факторов и др.

Сбалансированное и рациональное питание. Содержание витаминов в продуктах питания. Влияние витаминов на здоровье, развитие организма. Заболевания, связанные с витаминами. Биологически активные добавки и их влияние на организм, последствия их применения. Переодевания и его последствия. Виды ожирения, заболевания, связанные с ожирением.

Распространенность наркомании, токсикомании. Группы риска. Поражение внутренних органов и центральной нервной системы. Уголовная и моральная ответственность за распространение и употребление наркотиков. Антинаркотическая пропаганда. Подготовка родителей по вопросам выявления и профилактики наркомании и токсикомании у детей школьного возраста.

Медико-психологическая проблема курения. Ингредиенты табачного дыма. Влияние курения на организм человека. Воздействие курения на организм детей, подростков, беременных, кормящих грудью. Мероприятия по борьбе с курением. Законодательные акты.

Проблема пьянства – медико-психологическая проблема. Воздействие алкоголя на организм человека, содействие возникновению заболеваний. Меры предупреждения пьянства и алкоголизма. Законодательные акты. Роль семьи в предупреждении алкоголизма. Меры наказания за употребление, распространение наркотических веществ.

Раздел 3. Здоровый образ жизни и обеспечение личной безопасности человека

Двигательная активность, как компонент здорового образа жизни. Понятия «гипокинезия» и «гиперкинезия». Режим физической активности – главнейший фактор регуляции двигательной активности. Потребность в двигательной активности, ее

формирование. Постепенность, регулярность, продолжительность физических нагрузок и тренировок.

Закаливание. Воздействие физических факторов на здоровье и выносливость организма человека. Способы предупреждения отрицательного действия на организм человека низких температурных и метеорологических контрастов. Принципы закаливания водой, воздухом, лучистой энергией в здоровом образе жизни.

Биоритмы и их значение, классификация, нарушение. Рациональный суточный режим, его место в здоровом образе жизни. Биологические ритмы и их значение в формировании режима дня. Научная ориентация труда. Меры профилактики профессиональных заболеваний. Гигиена отдыха в перерывах на работе, в часы досуга, в выходные дни и в отпуске. Режим сна.

Личная и общественная гигиена. Уход за телом, за одеждой. Мода и здоровье. Воспитание гигиенических навыков у детей, как основы ЗОЖ. Правила санитарного содержания жилищ и общественных зданий.

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 Воронежского края. Влияние солнечной радиации, метеорологических факторов, состояния воздушной, водной и почвенной среды на организм человека. Связь здоровья человека с разными природно-климатическими и производственными условиями.

История становления науки. Психическое здоровье студентов. Психология профессионального здоровья. Психология старения и долголетия. Важность первых 3-х лет жизни ребенка в его здоровом психосексуальном развитии. Начало сознательного полового воспитания ребенка. Основные рекомендации по половому воспитанию ребенка.

Раздел 4. Правовые, экономические и психофизиологические аспекты взаимоотношений полов. Брак и семья. Роль семьи в системе здорового образа жизни человека

Правовые, экономические и психофизиологические аспекты взаимоотношений полов. Основные положения Семейного кодекса Российской Федерации. Правовые и экономические гарантии. Психофизиологические особенности мужчины и женщины. Пол. Понятие пола. Половой деморфизм. Проявление его в различных сферах жизнедеятельности индивида. Генетические, гормональные, морфологические, поведенческие и психологические дифференцировки индивидов. Половые различия в познавательных, когнитивных процессах, скорости психических реакций, обучаемости, специфических интеллектуальных способностях. Психологические особенности семейных ролей.

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

Физиология беременности. Внутриутробное развитие плода. Основные этапы развития систем и органов будущего ребенка

Наследственность и здоровье будущего ребёнка. Понятие о периодах и критических этапах развития плода. Влияние генетических и средовых факторов на онтогенез. Медико-генетическое консультирование. Психическое развитие, понятие о безусловных рефлексах, роль взрослого в формировании условных. Показатели физического развития и их изменение в различные возрастные периоды. Роль взрослого в психоэмоциональном развитии ребенком.

Раздел 5. Культура безопасности

Основные понятия культуры. Функции культуры. Безопасность как коренная

потребность: понятие безопасности, уровни безопасности, виды безопасности, опасности от жизнедеятельности, безопасность общества. Культура безопасности как фундаментальный принцип управления.

Гигиеническая культура как фактор личной безопасности

Личная гигиена как один из факторов безопасности человека. Режим дня. Гигиена умственного труда, зрения. Комплекс упражнений для профилактики зрительного утомления. Предупреждение нарушения осанки. Гигиена тела: уход за кожей, волосами, зубами. Прививки – залог сильного иммунитета. Двигательная активность и здоровье.

Безопасность жилища и образовательной среды

Проблемы здорового жилища и безопасного образа жизни. Факторы влияния на экологию жилища. Чистота воздуха – залог здоровья. Состояние воздушной среды помещения, вентиляция здания школы. Гигиенические требования к освещению и отоплению. Строительным материалам. Радиоактивность в жилище. Санитарно-гигиеническая зеленая зона вокруг образовательных организаций.

Безопасная образовательная среда. Психосоциальный климат жилища. Лечебница на подоконнике. Комнатные растения в вашем доме.

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. Профилактика заболеваний у учащихся в школе.
4. Закон о санитарно-эпидемиологическом благополучии населения, основные разделы и статьи.
5. 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 ребенком.

5. Темы дисциплины (модуля) для самостоятельного изучения

Разделы и темы для самостоятельного изучения	Виды и содержание самостоятельной работы
1. Медицина и здоровье. Место учреждений	Проработка учебно-научной литературы,

в охране здоровья населения. Взаимодействие социума и личности.	информационных ресурсов, подготовка доклада на семинар
2. Влияние энергоинформационного обмена на процесс развития личности. Способность к аккумуляции духовной энергии и взаиморазвивающему общению. Синергетизм отношений. Поликультурные взаимодействия	Проработка учебно-научной литературы, информационных ресурсов, подготовка доклада на семинар
3. Основные виды лечебно-профилактических учреждений. Страховая медицина. Санитарно-эпидемиологическое благополучие населения и основы его обеспечения.	Проработка учебно-научной литературы, информационных ресурсов, подготовка доклада на семинар
4. Наследственные факторы, наследственные болезни. Зависимость роста патологий от экологии, экологических катастроф, питания, химических веществ, лекарств.	Проработка учебно-научной литературы, информационных ресурсов, подготовка доклада на семинар.
5. Модели собственных программ оздоровления. Формирование стереотипа и здоровых привычек.	Проработка учебно-научной литературы, информационных ресурсов, подготовка доклада на семинар
6. Социально-гигиенический мониторинг. Системный подход в оценке образа жизни. Диагностические методы определения потенциала здоровья. Выбор показателей и критериев оценки уровня здоровья. Способы оценивания.	Проработка учебно-научной литературы, информационных ресурсов, подготовка доклада на семинар
7. Улучшение санитарно-гигиенических условий жизни детей, естественное и рациональное вскармливание. Нормативно-правовая база охраны материнства и детства. Перспективы развития охраны материнства и детства.	Проработка учебно-научной литературы, информационных ресурсов, подготовка доклада на семинар
8. Физиология беременности. Внутриутробное развитие плода. Основные этапы развития систем и органов будущего ребенка	Проработка учебно-научной литературы, информационных ресурсов, подготовка доклада на семинар

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).

№ п/п	Наименование раздела	Виды учебных занятий	Образовательные технологии
1.	Раздел 1. Основные понятия и определения дисциплины. Цель и задачи дисциплины ЗОЖ и его составляющие.	Лекция 1. Основные понятия и определения дисциплины. Цель и задачи. Нормативно-правовая база в области охраны здоровья	Вводная лекция с использованием видеоматериалов
		Семинар 1. Основные понятия и определения дисциплины. Цель и задачи. Нормативно-правовая база в области охраны здоровья	Развернутая беседа с обсуждением доклада, дискуссия (творческая работа в группах)
		Самостоятельная работа	Проработка учебно-научной литературы, информационных ресурсов, подготовка доклада на семинар
2.	Раздел 2. Медико-гигиенические аспекты, формирующие здоровый образ жизни	Лекция 2. Основные медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни, общее представление о проблемах здоровья	Лекционно-семинарско-зачетная система
		Семинар 2. Иммуитет	
		Семинар 3. Валеология как интегративное научное направление	
		Лекция 3. Семинар 4. Питание.	Информационно – коммуникационная технология
		Лекция 4. Физическая культура и закаливание. Режим труда и отдыха	
		Лекция 5. Семинар 5. Профилактика болезней как биологическая и социальная проблема	
		Лекция 6. Семинар 6. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Гигиена и санитария.	Игровые технологии
		Семинар 7. Биологические и индивидуальные ритмы. Репродуктивное здоровье	
3.	Раздел 3. Здоровый образ жизни и обеспечение личной безопасности человека	Семинар 8. Современные проблемы наркомании, методы пропаганды здорового образа жизни	Лекционно-семинарско-зачетная система
		Лекция 7. Семинар 10-12. Основные аспекты здорового образа жизни и обеспечение личной безопасности человека	
		Лекция 8. Семинар 13. Экологическое воспитание и здоровье. Экологическая среда и мониторинг здоровья.	Информационно-коммуникационная технология
		Семинар 11. Безопасность во всех сферах жизнедеятельности и здоровье. Профессиональные	

		вредности	
		Семинар 14. Психология здоровья Охрана здоровья, материнства и детства	
4.	Раздел 4. Правовые, экономические и психофизиологические аспекты взаимоотношений полов.	Семинар 15. Брак и семья. Лекция 9. Семинар 16. Роль семьи в системе здорового образа жизни человека.	Лекционно-семинарско-зачетная система Информационно-коммуникационная технология

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

7.1. Вопросы к контрольной работе:

1. Определение понятия «здоровье».
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 (УТГ). 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.

7.2. Тематика контрольных работ

1. Здоровье и болезнь. Норма и патология. Здоровый образ жизни и его составляющие
2. Учет особенностей возрастной физиологии. Поддержание личной гигиены.
3. Разумная реализация двигательной активности. Заинтересованность в занятиях физической культурой и закаливанием
4. Физиологические основы построения режимов труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья
5. Психическая и социальная адекватность
6. Профилактика факторов, разрушающе влияющих на здоровье
7. Культура безопасности
8. Факторы, определяющие здоровье человека и его безопасность
9. Культура питания и здоровье человека
10. Воздействие природных факторов и экологических факторов на здоровье и безопасность человека.

11. Воздействие физико-химических факторов на здоровье и безопасность человека
12. Гигиеническая культура как фактор личной безопасности.
13. Безопасность жилища и образовательной среды
14. Смысловое значение понятий «опасность» и «безопасность».
15. Культура безопасности в контексте основных культуральных образований.
16. История формирования понятия «культура безопасности». Этапы становления культуры безопасности.
17. Основные составляющие культуры безопасности. Основные признаки культуры безопасности.

8. Система оценивания планируемых результатов обучения

8.1. Контроль освоения компетенций, формируемых при изучении учебной дисциплины

Компетенция	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
УК-8	Творческое задание: Анализ статей, монографий по ЗОЖ (аннотирование, тезирование)
	Написание эссе (фокусированное на воспроизведении информации).
ПК-5	1. Заполнение мультивариативных опросников. 2. Выполнение тестов / мини-тестов.
	Творческое задание: 1. Разработать внеклассное мероприятие для школьников на темы «ЗОЖ» 2. Комментарии к статье, книге, монографии в области здорового образа жизни.
	Творческое задание: 1. Написание статьи: способы, методы формирования здорового образа жизни среди молодежи, школьников и др. 2. Устный опрос
ПКС-4	1. Заполнение мультивариативных опросников. 2. Выполнение тестов \ мини-тестов.

8.2. Система оценивания (балльно-рейтинговая) результатов

Форма контроля	За одну работу		Всего
	миним. баллов	макс. баллов	
Текущий контроль:			
- опрос (тест промежуточный по трем темам)	3 баллов	10 баллов	30
- 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: нет			
Итого за семестр (дисциплину): зачёт	41	99	99 баллов

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

9.1. Основная литература

1. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для вузов / М. Н. Мисюк. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 379 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-17449-6. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/559832>
2. Петряков, П. А. Проектное обучение основам здорового образа жизни : учебник для среднего профессионального образования / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2025. – 197 с. –

(Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-08556-3. – Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/563112>

3. 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

4. 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

5. Мархоцкий, Я. Л. Валеология [Электронный ресурс] : учебное пособие / Я. Л. Мархоцкий. – Электрон. текстовые данные. – Минск : Вышэйшая школа, 2010. – 286 с.

6. 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.

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, 2024. – 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

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

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 (обязательно!)

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-educational-outcomes-in-high-income-countries-the-a-review-of-the-evidence>

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)

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.

1. Учебные аудитории:

Учебные аудитории для проведения лабораторных работ № 108, 205 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