ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 1060A5DD076C1D708BBBAD48ED F7B4FB
Владелец: ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ "КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА"
Действителен: с 18.04.2024 до 12.07.2025

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»

Физико-математический факультет факультет

УТВЕРЖДАЮ
И. о. проректора по УР
М. Х. Чанкаев
«29» мая 2024 г., протокол № 8.

Рабочая программа дисциплины

Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ
(наименование дисциплины (модуля)

Направление подготовки
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
(шифр, название направления)

Направленность (профиль)
Математика; информатика

Квалификация выпускника
бакалавр

Форма обучения
заочная

Год начала подготовки
2019

Карачаевск, 2024

Составитель: д.м.н., проф. Текеев А.А.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 №125; образовательной программой высшего образования и учебным планом по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), направленность (профиль) «Математика; информатика», составленными с учетом требований Методических рекомендаций по подготовке кадров по программам педагогического бакалавриата на основе единых подходов к их структуре и содержанию («Ядро высшего педагогического образования») (одобрено Коллегией Министерства просвещения Российской Федерации 25 ноября 2021 г.); локальными актами КЧГУ.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры физического воспитания и общественного здоровья на 2024-2025 учебный год, протокол № 10 от 07.06.2024г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Наименование дисциплины (модуля) ... 4

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы ... 5

4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся ... 7

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий ... 8

5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах) ... 8

5.2. Виды занятий и их содержание ... 10

5.3. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий ... 11

5.4. Примерная тематика курсовых работ ... 11

5.5.Самостоятельная работа и контроль успеваемости ... 11

6. Образовательные технологии ... 12

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) 13

7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций ... 13

7.2.Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины ... 20

7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям: ... 20
7.2.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации (зачет) ... 21
Зачет является формой промежуточного контроля знаний и одной из составных частей общей оценки знаний по дисциплине. В вопросы к зачету включены все темы, рассматриваемые на практических занятиях. На зачете студент должен ответить на два вопроса: 1 - на знание аспектов здорового образа жизни; 2 - на знание приемов оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.. 22
7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов ... 22
Тест ... 22

2.К основным аспектам здорового образа жизни относится: ... 23

7.В медицине здоровье человека рассматривается как: ... 24

9.В структуре заболеваемости по обращаемости первое место занимают болезни: ... 24

12.Иммунитет, присущий различным видам животных и человеку, передающийся из поколения в поколение, называется: ... 24

7.2.4. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров ... 25
8.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса ... 26

8.1.*Основная учебная литература:* ... **Ошибка! Закладка не определена.**

5. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля) ... 26

9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля) ... 27

10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля) ... **Ошибка! Закладка не определена.**

10.1. Общесистемные требования ... **Ошибка! Закладка не определена.**

10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины ... **Ошибка! Закладка не определена.**

10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения ... **Ошибка! Закладка не определена.**

10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы ... **Ошибка! Закладка не определена.**

11.Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ... **Ошибка! Закладка не определена.**

12. Лист регистрации изменений ... **Ошибка! Закладка не определена.**

1. Наименование дисциплины (модуля)

Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ

Целью изучения дисциплины является: Формировать понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его; обучить здоровому образу жизни - организовать целенаправленный, систематический процесс для укреплении здоровья обучающихся; учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни; правильная организация обучения способствует формированию представлений о здоровье сберегающих факторах и научит обучающихся отличать здоровый образ жизни от нездорового, поможет в дальнейшем беречь свое здоровье и здоровье окружающих, сформирует понятие о вредных привычках; выработать у будущих педагогов сознательное отношение к здоровью и воспитать ответственность за свое здоровье и здоровье учащихся; выработать у обучающихся необходимые медицинские навыки, которые помогут будущему педагогу уверенно себя чувствовать и правильно вести в любой экстремальной ситуации; выработать у обучающихся умение использовать полученные знания для решения социальных и профессиональных задач; выработать основные принципы охраны жизни и здоровья у обучающихся в учебно-воспитательном пространстве и во внеурочной деятельности.

Для достижения цели ставятся **задачи:**

- Овладение учащихся знаниями физиологических основ процессов жизнедеятельности человека, правил личной гигиены, профилактики психических расстройств, соматических заболеваний, инфекций, передаваемых половым путем, а также знаниями о вредном воздействии на организм психотропных веществ.
- Формирование знаний о методах количественной и качественной оценки здоровья человека.
- Формирование у обучающихся системы знаний о влиянии экологических факторов на здоровье человека.
- Развитие положительной мотивации сохранения и укрепления собственного здоровья обучающихся через овладение принципами здорового образа жизни.
- Формирование представления о наиболее распространенных болезнях и возможности их предупреждения.

Цели и задачи дисциплины определены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина (модуль) относится к Блоку 1 и реализуется в рамках дисциплины по выбору Б1.

Дисциплина (модуль) изучается на 5курсе в 9 семестре.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО	
Индекс	Б1.В.ДВ.04.02
Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
Для успешного освоения дисциплины студент должен иметь базовую подготовку по «Психосаморегуляции лиц с ОВЗ»	

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
Дисциплина «Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ» относится к вариативной части профессионального цикла дисциплин. Для освоения дисциплины «Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные на предыдущей ступени обучения. Изучение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Психология личности и профессиональное самоопределение».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины « Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ» направлен на формирование следующих компетенций обучающегося:

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ОП ВО/ ООП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
УК-7	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Выбирает физическую культуру и здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности	
		УК-7.2. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки с целью обеспечения полноценной работоспособности	
		УК-7.3. Соблюдает и пропагандирует нормы физической культуры и здорового образа жизни в социальной и профессиональной деятельности	
УК-8	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	УК-8.1. Анализирует факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений)	**Знать:** - основные категории и понятия, характеризующие здоровье и здоровый образ жизни человека; - факторы, неблагоприятно влияющие на здоровье обучающихся;
		УК-8.2. Идентифицирует опасные и вредные факторы в рамках своей социальной и профессиональной деятельности	

	военных конфликтов	УК-8.3. Выявляет проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте, предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций УК-8.4. Разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, а также военных конфликтах; оказывает первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях	- способы профилактики различных нарушений в состоянии здоровья; **Уметь:** - строить образовательный процесс с использованием современных здоровье сберегающих технологий; **Владеть:** - способностью учитывать и использовать профилактические подходы по предупреждению различных нарушений в состоянии здоровья обучающихся; - навыками оказания первой медицинской помощи себе и окружающим.
ПК-2	Способен решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и внеучебной деятельности	ПК-2.1. Знает алгоритм постановки воспитательных целей, в том числе этического, эстетического, экологического, патриотического, гражданского воспитания, физического воспитания и воспитания в духе здорового образа жизни и безопасной жизнедеятельности, любви к жизни и стойкости в различных жизненных ситуациях, толерантного отношения к людям, независимо от пола, расы, национальности, вероисповедания, социальной принадлежности ПК-2.2. Умеет организовать воспитательную работу через различные виды деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.); владеет методами и формами	**Знать:** содержание и технологии воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся; **Уметь:** на основе анализа проблем воспитания выбирать и использовать эффективные технологии духовно-нравственного воспитания; **Владеть:** способами решения задач воспитания и духовно-нравственного

		организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий (по выбору)	развития личности обучающихся, исходя из выявленных проблем.
		ПК-2.3. Владеет способностью оказать помощь и поддержку в организации деятельности ученических органов самоуправления	
		ПК-2.4. Демонстрирует способность оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся, в том числе родителям, имеющим детей с ОВЗ; ведет объяснительную воспитательную работу со всеми участниками образовательного процесса	
		ПК-2.5. Анализирует и оценивает поступки детей, реальное состояние дел в группе с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности	

4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 2 ЗЕТ, 72 академических часа.

Объём дисциплины	Всего часов	Всего часов
	для очной формы обучения	для заочной формы обучения
Общая трудоемкость дисциплины	72	71
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* (всего)		10
Аудиторная работа (всего):	36	6
в том числе:		
лекции	-	2
семинары, практические занятия	36	4

практикумы	Не предусмотрено	
лабораторные работы	Не предусмотрено	
Внеаудиторная работа:		4
консультация перед зачетом		
Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем), творческую работу (эссе), рефераты, контрольные работы и др.		
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	36	62
Контроль самостоятельной работы		4
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)	зачет	зачет

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

Для заочной формы обучения

№ п/п	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)					
		всего	Аудиторные уч. занятия			Сам. работа	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
			Лек	Пр	Конт.			
		72	**2**	**4**	**4**	**62**	**УК-7 УК-8 ПК-2**	
	Раздел 1.Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема лиц с ОВЗ.	**18**	**-**	**2**	**4**	**12**	**УК-7 УК-8 ПК-2**	
1.	Основные понятия и определения дисциплины. Цель и задачи дисциплины. Понятие здоровья и болезни.	-	2	2	2	6	**УК-7 УК-8 ПК-2**	Устный опрос
2.	Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков с ОВЗ. Показатели здоровья. Группы здоровья детей.	-	-	-	2	10	**УК-7 УК-8 ПК-2**	Доклад с презентацией
	Раздел 2. Социально - психологические аспекты	**18**	**-**	**4**	**-**	**14**		

	здорового образа жизни у лиц с ОВЗ.							
3.	Концепции здорового образа жизни. Понятие здоровья. Норма и патология.	-	-	2	-	4	**УК-7** **УК-8** **ПК-2**	Устный опрос Тестирование
4.	Факторы, определяющие здоровье и болезнь.	-	-	2	-	2	**УК-7** **УК-8** **ПК-2**	Устный опрос
5.	Основные группы инфекционных заболеваний. Пути и механизмы передачи инфекций. Восприимчивость и иммунитет.	-	-	-	-	4	**УК-7** **УК-8** **ПК-2**	Устный опрос Реферат
6.	Двигательная активность и здоровье. Сберегающая здоровье организация учебно - воспитательного процесса в учебном заведении.	-	-	-	-	2	**УК-7** **УК-8** **ПК-2**	Устный опрос
7.	Двигательная активность и здоровье.	-	-	-	-	2	**УК-7** **УК-8** **ПК-2**	Устный опрос Разбор и оценка презентаций
	Раздел 3. Влияние экологических факторов на здоровье учащихся с ОВЗ.	**18**	**-**	**-**	**-**	**18**		
8.	Климат и здоровье. Загрязнение биосферы.	-	-	-	-	4	**УК-7** **УК-8** **ПК-2**	Устный опрос
9.	Климат и здоровье.	-	-	-	-	2	**УК-7** **УК-8** **ПК-2**	Устный опрос
10.	Психо - стрессовые факторы влияющие на здоровье лиц с ОВЗ.	-	-	-	-	2	**УК-7** **УК-8** **ПК-2**	Устный опрос Тестирование
11.	Факторы разрушающие здоровье: курение, наркомания, алкоголизм.	-	-	-	-	2	**УК-7** **УК-8** **ПК-2**	Устный опрос
	Раздел 4. Медико - гигиенические аспекты здорового образа жизни.	**18**	**-**	**-**	**-**	**18**	-	-

12.	Профилактика венерических болезней.	-	-	-	-	4	**УК-7** **УК-8** **ПК-2**	Устный опрос
13.	Профилактика СПИДа и вирусного гепатита В и С.	-	-	-	-	6	**УК-7** **УК-8** **ПК-2**	Устный опрос
	Всего:	**72**	**2**	**4**	**4**	**62**		

5.2. Виды занятий и их содержание

5.2.1. Тематика и краткое содержание практических занятий

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1

Тема: Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема лиц с ОВЗ.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1). Основные понятия и определения дисциплины.

2). Цель и задачи дисциплины.

3). Понятие здоровья и болезни.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 2

Тема: Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков с ОВЗ.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1). Показатели здоровья.

2). Группы здоровья детей.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 3

Тема: Социально-психологические аспекты здорового образа жизни лиц с ОВЗ.

1) Концепции здорового образа жизни.

2) Понятие здоровья.

3) Норма и патология.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 4

Тема: Факторы, определяющие здоровье и болезнь.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1).Основные группы инфекционных заболеваний.

2). Пути и механизмы передачи инфекций.

3).Восприимчивость и иммунитет.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 5

Тема: Двигательная активность и здоровье.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1). Двигательная активность и здоровье.

2).Сберегающая здоровье организация учебно-воспитательного процесса в учебном заведении.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 6

Тема: Влияние экологических факторов на здоровье учащихся с ОВЗ.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1). Климат и здоровье.

2) Загрязнение биосферы.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 7
Тема: Климат и здоровье.
Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:
1).Загрязнение биосферы.
2).Влияние климата на здоровье.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 8
Тема: Психо - стрессовые факторы влияющие на здоровье лиц с ОВЗ.
Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:
1).Психологические факторы влияющие на здоровье лиц с ОВЗ.
2).Стресс-как источник болезни.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 9
Тема: Факторы разрушающие здоровье: курение, наркомания, алкоголизм.
Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:
1).Курение-как фактор разрушения здоровья.
2).Наркомания-как фактор разрушения здоровья.
3).Алкоголизм –как фактор разрушения здоровья.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 10
Тема: Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни.
Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:
1). Профилактика венерических болезней.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 11
Тема: Профилактика СПИДа и вирусного гепатита В и С.
Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:
1).Профилактика СПИДа.
2).Профилактика вирусного гепатита В и С.

5.3. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий

Учебным планом не предусмотрены

5.4. Примерная тематика курсовых работ

Учебным планом не предусмотрены

5.5.Самостоятельная работа и контроль успеваемости

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость
Проработка учебного материала занятий семинарского типа	18
Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	10
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях семинарского	10

типа	
Подготовка к текущему контролю	8
Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	10
Решение задач	2
Подготовка к промежуточной аттестации	4
Итого СРО	62

6. Образовательные технологии

При проведении учебных занятий по дисциплине используются традиционные и инновационные, в том числе информационные образовательные технологии, включая при необходимости применение активных и интерактивных методов обучения.

Традиционные образовательные технологии реализуются, преимущественно, в процессе лекционных и практических (семинарских, лабораторных) занятий. Инновационные образовательные технологии используются в процессе аудиторных занятий и самостоятельной работы студентов в виде применения активных и интерактивных методов обучения.

Информационные образовательные технологии реализуются в процессе использования электронно-библиотечных систем, электронных образовательных ресурсов и элементов электронного обучения в электронной информационно-образовательной среде для активизации учебного процесса и самостоятельной работы студентов.

Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий.

Практические (семинарские занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разборка кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Методические рекомендации по проведению различных видов практических (семинарских) занятий.

1.Обсуждение в группах

Групповое обсуждение какого-либо вопроса направлено на нахождении истины или достижение лучшего взаимопонимания, Групповые обсуждения способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе группового обсуждения перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны подготовить аргументированный развернутый ответ.

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

-задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5…. 10 ошибок);

-ввести алгоритм выработки общего мнения (решения);

-назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения.

На втором этапе группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем (арбитром).

Разновидностью группового обсуждения является круглый стол, который проводится с целью поделиться проблемами, собственным видением вопроса, познакомиться с опытом, достижениями.

2.Публичная презентация проекта

Презентация – самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре «один на один», так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

3.Дискуссия

Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной проблемы (ситуации), сопровождающейся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме, друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

7.1. *Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций*

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Качественные критерии оценивание			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
УК-7					
Базовый	**Знать:** принципы здорового образа жизни и развитие положительной мотивации сохранения укрепления здоровья.	не знает принципы здорового образа жизни и развитие положительной мотивации сохранения укрепления здоровья.	в целом знает принципы здорового образа жизни и развитие положительной мотивации сохранения укрепления здоровья.	знает важнейшие принципы здорового образа жизни и развитие положительной мотивации сохранения укрепления здоровья.	

	Уметь: -связать теоретические знания возрастной физиологии с конкретными ситуациями их практического использования	-не умеет связать теоретические знания возрастной физиологии с конкретными ситуациями их практического использования	в целом умеет связать теоретические знания возрастной физиологии с конкретными ситуациями их практического использования	владеет навыками связать теоретические знания возрастной физиологии с конкретными ситуациями их практического использования	
	Владеть: способностью анализировать методологические проблемы, возникающие при решении задачи и решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки.	не владеет навыками анализировать методологические проблемы, возникающие при решении задачи и решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки.	в целом владеет навыками анализировать методологические проблемы, возникающие при решении задачи и решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки.	владеет навыками анализировать методологические проблемы, возникающие при решении задачи и решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки.	
Повышенный	**Знать:** обосновать принципы здорового образа жизни и развитие положительной мотивации сохранения укрепления здоровья.				в полном объеме знает принципы здорового образа жизни и развитие положительной мотивации сохранения укрепления здоровья.

	Уметь: обосновать теоретические знания возрастной физиологии с конкретными ситуациями их практического использования.				умеет в полном объеме обосновать теоретические знания возрастной физиологии с конкретными ситуациями их практического использования.
	Владеть: навыками анализировать методологические проблемы, возникающие при решении задачи и решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки.				в полном объеме владеет навыками анализировать методологические проблемы, возникающие при решении задачи и решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки.
УК-8					
Базовый	**Знать:** опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности; технику безопасности на рабочем месте и меры предотвращения чрезвычайных ситуаций; правила поведения при возникновении	Не знает: опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности; технику безопасности на рабочем месте и меры предотвращения чрезвычайных ситуаций; правила поведения при возникновении	В целом **знает:** опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности; технику безопасности на рабочем месте и меры предотвращения чрезвычайных ситуаций; правила поведения при возникновении чрезвычайных	Знает опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности; технику безопасности на рабочем месте и меры предотвращения чрезвычайных ситуаций; правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций	

	чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, оказания первой помощи и способы участия в восстановительных мероприятиях;	чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, оказания первой помощи и способы участия в восстановительных мероприятиях;	ситуаций природного и техногенного происхождения, оказания первой помощи и способы участия в восстановительных мероприятиях;	природного и техногенного происхождения, оказания первой помощи и способы участия в восстановительных мероприятиях;	
	Уметь: идентифицировать опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности; выявлять нарушения технику безопасности на рабочем месте; соблюдать и разъяснять правила поведения при возникновени и чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, оказывать первую помощь и участвовать в восстановительных мероприятиях.	Не умеет идентифицировать опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности; выявлять нарушения технику безопасности на рабочем месте; соблюдать и разъяснять правила поведения при возникновени и чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, оказывать первую помощь и участвовать в восстановительных мероприятия	В целом идентифицировать опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности; выявлять нарушения технику безопасности на рабочем месте; соблюдать и разъяснять правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, оказывать первую помощь и участвовать в восстановительных мероприятия	Умеет идентифицировать опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности; выявлять нарушения технику безопасности на рабочем месте; соблюдать и разъяснять правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, оказывать первую помощь и участвовать в восстановительных мероприятия	
	Владеть: способностью предотвращать негативное влияние опасных и вредных факторов в рамках осуществляемой	Не владеет способностью предотвращать негативное влияние опасных и вредных факторов в рамках осуществляемой	В целом владеет способностью предотвращать негативное влияние опасных и вредных факторов в рамках осуществляемо	Владеет навыками способностью предотвращать негативное влияние опасных и вредных факторов в рамках осуществляемо	

	деятельности; способностью предотвращать нарушения технику безопасности на рабочем месте и чрезвычайные ситуации; пособностью организованного и эффективного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.	деятельности; способностью предотвращать нарушения технику безопасности на рабочем месте и чрезвычайные ситуации; пособностью организованного и эффективного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.	й деятельности; способностью предотвращать нарушения технику безопасности на рабочем месте и чрезвычайные ситуации; пособностью организованного и эффективного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.	й деятельности; способностью предотвращать нарушения технику безопасности на рабочем месте и чрезвычайные ситуации; пособностью организованного и эффективного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.	
Повышенный	**Знать:** опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности; технику безопасности на рабочем месте и меры предотвращения чрезвычайных ситуаций; правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, оказания первой помощи и способы участия в восстановительных мероприятиях;				В полном объеме знает опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности; технику безопасности на рабочем месте и меры предотвращения чрезвычайных ситуаций; правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, оказания первой помощи и способы участия в восстановительных мероприятиях;
	Уметь: идентифицировать опасные и вредные факторы в рамках осуществляем				Умеет в полном объеме идентифицировать опасные и вредные факторы в

	ой деятельности; выявлять нарушения технику безопасности на рабочем месте; соблюдать и разъяснять правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, оказывать первую помощь и участвовать в восстановительных мероприятиях.				рамках осуществляемой деятельности; выявлять нарушения технику безопасности на рабочем месте; соблюдать и разъяснять правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, оказывать первую помощь и участвовать в восстановительных мероприятиях.
	Владеть: способностью предотвращать негативное влияние опасных и вредных факторов в рамках осуществляемой деятельности; способностью предотвращать нарушения технику безопасности на рабочем месте и чрезвычайные ситуации; пособностью организованного и эффективного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.				В полном объеме владеет способностью предотвращать негативное влияние опасных и вредных факторов в рамках осуществляемой деятельности; способностью предотвращать нарушения технику безопасности на рабочем месте и чрезвычайные ситуации; пособностью организованного и эффективного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.

ПК-2					
Базовый	**Знать:** содержание и технологии воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся;	Не знает содержание и технологии воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся	В целом знает содержание и технологии воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся	Знает содержание и технологии воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся	
	Уметь: на основе анализа проблем воспитания выбирать и использовать эффективные технологии духовно-нравственного воспитания;	Не умеет на основе анализа проблем воспитания выбирать и использовать эффективные технологии духовно-нравственного воспитания	В целом умеет на основе анализа проблем воспитания выбирать и использовать эффективные технологии духовно-нравственного воспитания	Умеет на основе анализа проблем воспитания выбирать и использовать эффективные технологии духовно-нравственного воспитания	
	Владеть: способами решения задач воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся	Не владеет способами решения задач воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся	В целом владеет способами решения задач воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся	Владеет способами решения задач воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся	
Повышенный	**Знать:** содержание и технологии воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся;				В полном объеме знает содержание и технологии воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся;
	Уметь: на основе анализа проблем воспитания выбирать и использовать эффективные технологии духовно-нравственного				Умеет в полном объеме: на основе анализа проблем воспитания выбирать и использовать эффективные технологии

	воспитания;				духовно-нравственного воспитания;
	Владеть: способами решения задач воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся				В полном объеме владеет способами решения задач воспитания и духовно-нравственного развития личности обучающихся

7.2.Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины

7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:

1. Наследственность и здоровье. Основные генетические заболевания.
2. Природа и здоровье: факторы живой и неживой природы.
3. Климатические условия и здоровье.
4. Биоритмы и здоровье.
5. Индивидуальный годовой цикл.
6. Десинхронозы и способы снижения их влияний.
7. Последствия цивилизации.
8. Экология и здоровье.
9. Загрязнение окружающей среды и эндемические заболевания.
10. Медицинское обслуживание и здоровье.
11. Понятие о вредных привычках.
12. Влияние курения, алкоголизма и наркотиков на организм человека.
13. Стадии заболевания алкоголизмом и наркоманией.
14. Последствия наркомании.
15. Профилактика вредных привычек.
16. Понятие здоровья и факторы его определяющие
17. Наследственная предрасположенность заболеваниям, особенности ее проявления.

18. Техногенные факторы и их влияние на здоровье человека.
19. Двигательная активность - одна из главных составляющих здорового образа жизни.
20. Питание как фактор сохранения здоровья.
21. Вредные привычки - факторы риска.
22. Вирусный гепатит В и С, причины профилактика.
23. Венерические инфекции.
24. СПИД.

Критерии оценки доклада, сообщения, реферата:

Отметка «отлично» за письменную работу, реферат, сообщение ставится, если изложенный в докладе материал:

- отличается глубиной и содержательностью, соответствует заявленной теме;
- четко структурирован, с выделением основных моментов;
- доклад сделан кратко, четко, с выделением основных данных;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы.

Отметка «хорошо» ставится, если изложенный в докладе материал:

- характеризуется достаточным содержательным уровнем, но отличается недостаточной структурированностью;
- доклад длинный, не вполне четкий;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы только после наводящих вопросов, или не на все вопросы.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если изложенный в докладе материал:

- недостаточно раскрыт, носит фрагментарный характер, слабо структурирован;
- докладчик слабо ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по теме доклада не были получены ответы или они не были правильными.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

- доклад не сделан;
- докладчик не ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по выполненной работе не были получены ответы или они не были правильными.

7.2.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации (зачет)

1. Показатели состояния здоровья населения России.
2. Понятие «здоровье». Факторы здоровья.
3. Качественная и количественная оценка состояния здоровья.
4. Генетические факторы здоровья.
5. Окружающая среда и здоровье.
6. Влияние медицинского обеспечения на здоровье человека.
7. Образ жизни как фактор здоровья.
8. Образ жизни современного человека.
9. Понятие и компоненты здорового образа жизни.

10. Значение двигательной активности для сохранения здоровья.

11. Оздоровительное влияние физической культуры.

12. Понятие оптимальных физических нагрузок.

13. Виды и формы оздоровительной физической культуры.

14. Роль закаливания в укреплении здоровья.

15. Классификация основных форм деятельности человека.

16. Работоспособность - интегральный показатель функционального состояния организма. Периоды работоспособности.

17. Профилактика неблагоприятного воздействия микроклимата.

18. Режим жизни как фактор здоровья.

19. Биологические ритмы и здоровье.

20. Питание как фактор здоровья.

21. Понятия и принципы рационального питания.

22. Составляющие режима питания.

23. Влияние алкоголя на здоровье. Степени опьянения. Профилактика алкоголизма.

24. Табакокурение: история, влияние на здоровье, профилактика курения.

25. Токсикомания и наркомания: группы наркотических средств, причины наркомании, физическая и психическая зависимость, профилактические меры.

26. Эпидемиология, ее предмет.

27. Пути и механизмы передачи инфекций.

28. Восприимчивость и иммунитет.

Критерии оценки устного ответа на вопросы по дисциплине «Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ»

Зачет является формой промежуточного контроля знаний и одной из составных частей общей оценки знаний по дисциплине. В вопросы к зачету включены все темы, рассматриваемые на практических занятиях. На зачете студент должен ответить на два вопроса: 1 - на знание аспектов здорового образа жизни; 2 - на знание приемов оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов

Тест

а) типовые задания:

1.Предмет «Основы здорового образа жизни» изучает:

1) Факторы формирующие здоровье;

2) Функции органов в норме;

3) Функции органов при отклонении от нормы

4) Неотложные состояния и доврачебную помощь

5) Рациональное питание, закаливание, режим труда и отдыха.

2.К основным аспектам здорового образа жизни относится:

а) профессиональные вредности;

б) рациональное питание;

в) магнитные излучения;

г) перенесенные травмы и заболевания.

3.Иммунитет это:

а) Число пальцев на конечностях

б) Заболевание желудочно-кишечного тракта

в) Невосприимчивость к болезням

г) Устойчивость в социальной среде

4.К общим признакам инфекционных заболеваний не относится:

а) Общая слабость, утомляемость

б) Повышение температуры тела

в) Ломота в суставах и мышцах

г) Повышение артериального давления

5.Вирусным гепатитом В и С нельзя заразится:

а) Половым путем,

б) При переливании крови,

в) При занятиях борьбой в спортивных секциях

г) При потреблении немытых фруктов

6.Антигены это:

а) Иммунные белки

б) Чужеродные вещества

в) Вакцины

г) Хромосомный набор клетки

7.В медицине здоровье человека рассматривается как:

а)нормальное функционирование всех систем организма человека в покое;

б)наличие хронических, наследственных заболеваний;

в)адаптация организма к воздействию окружающей среды;

г)состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

8.К благоприятным факторам медицинского обеспечения для здоровья населения по оценке экспертов Всемирной организации здравоохранения относится:

а)низкий уровень мероприятий первичной профилактики среди населения;

б)недостаток обеспечения качественной медицинской помощью;

в)организация и осуществление мониторинга за здоровьем населения;

г)отсутствие постоянного медицинского контроля за динамикой здоровья граждан.

9.В структуре заболеваемости по обращаемости первое место занимают болезни:

а)органов дыхания;

б)эндокринной системы;

в)кожи и подкожной клетчатки;

г)костно-мышечной системы.

10.Неспецифическая защита организма не связана с:

а)секретами биологических жидкостей организма;

б)функционирование нормальной микрофлоры слизистых;

в)чистой неповрежденной кожей;

г)введением иммунных сывороток.

11.Совокупность патологических изменений организма, связанных с длительным и неумеренным употреблением спиртных напитков называется:

а)алкоголизмом;

б)наркоманией;

в)токсикоманией;

г)табакокурением.

12.Иммунитет, присущий различным видам животных и человеку, передающийся из поколения в поколение, называется:

а)приобретенным;

б)пассивным;

в)наследственным;

г)искусственным

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний

Ключи к тестовым заданиям.

Шкала оценивания *(за правильный ответ дается 1 балл)*

описание шкалы оценивания:

12 - балльная:

0-6 баллов - тест считается не пройденным - «не зачтено»;

6-12 баллов - тест считается выполненным - «зачтено»

7.2.4. Бально-рейтинговая система оценки знаний бакалавров

Согласно Положения о балльно-рейтинговой системе оценки знаний бакалавров баллы выставляются в соответствующих графах журнала (см. «Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы») в следующем порядке:

«Посещение» - 2 балла за присутствие на занятии без замечаний со стороны преподавателя; 1 балл за опоздание или иное незначительное нарушение дисциплины; 0 баллов за пропуск одного занятия (вне зависимости от уважительности пропуска) или опоздание более чем на 15 минут или иное нарушение дисциплины.

«Активность» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем за демонстрацию студентом знаний во время занятия письменно или устно, за подготовку домашнего задания, участие в дискуссии на заданную тему и т.д., то есть за работу на занятии. При этом преподаватель должен опросить не менее 25% из числа студентов, присутствующих на практическом занятии.

«Контрольная работа» или «тестирование» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем по результатам контрольной работы или тестирования группы, проведенных во внеаудиторное время. Предполагается, что преподаватель по согласованию с деканатом проводит подобные мероприятия по выявлению остаточных знаний студентов не реже одного раза на каждые 36 часов аудиторного времени.

«Отработка» - от 0 до 2 баллов выставляется за отработку каждого пропущенного лекционного занятия и от 0 до 4 баллов может быть поставлено преподавателем за отработку студентом пропуска одного практического занятия или практикума. За один раз можно отработать не более шести пропусков (т.е., студенту выставляется не более 18 баллов, если все пропущенные шесть занятий являлись практическими) вне зависимости от уважительности пропусков занятий.

«Пропуски в часах всего» - количество пропущенных занятий за отчетный период умножается на два (1 занятие=2 часам) (заполняется делопроизводителем деканата).

«Пропуски по неуважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Попуски по уважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Корректировка баллов за пропуски» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Итого баллов за отчетный период» - сумма всех выставленных баллов за данный период (графа заполняется делопроизводителем деканата).

Таблица перевода балльно-рейтинговых показателей в отметки традиционной системы оценивания

Соотношение часов лекционных и практических занятий	0/2	1/3	1/2	2/3	1/1	3/2	2/1	3/1	2/0	Соответствие отметки коэффициенту

Коэффициент соответствия балльных показателей традиционной отметке	1,5	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	«зачтено»
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	«удовлетворительно»
	2	1,75	1,65	1,6	1,5	1,4	1,35	1,25	-	«хорошо»
	3	2,5	2,3	2,2	2	1,8	1,7	1,5	-	«отлично»

Необходимое количество баллов для выставления отметок («зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично») определяется произведением реально проведенных аудиторных часов (n) за отчетный период на коэффициент соответствия в зависимости от соотношения часов лекционных и практических занятий согласно приведенной таблице.

«Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы» заполняется преподавателем на каждом занятии.

В случае болезни или другой уважительной причины отсутствия студента на занятиях, ему предоставляется право отработать занятия по индивидуальному графику.

Студенту, набравшему количество баллов менее определенного порогового уровня, выставляется оценка "неудовлетворительно" или "не зачтено". Порядок ликвидации задолженностей и прохождения дальнейшего обучения регулируется на основе действующего законодательства РФ и локальных актов КЧГУ.

Текущий контроль по лекционному материалу проводит лектор, по практическим занятиям – преподаватель, проводивший эти занятия. Контроль может проводиться и совместно.

8.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса

а) Основная учебная литература:

1. **Азбукина, Е. Ю.** Основы специальной педагогики и психологии: учебник / Е. Ю. Азбукина, Е. Н. Михайлова. — Москва: ИНФРА-М, 2021. — 396 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-015062-8. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1151533 – Режим доступа: по подписке.
2. **Специальная психология**: учебно-методическое пособие / составитель О. М. Бабич; Воронежский государственный университет. - Воронеж: ВГУ, 2016. - 67 с. - URL: https://e.lanbook.com/book/165406 - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.

б) Дополнительная учебная литература:

3. **Костенкова, Ю. А.** Культурологический подход в изучении детей с задержкой психического развития: Монография / Костенкова Ю.А. - Москва: Прометей, 2011. - 140 с. ISBN 978-5-4263-0075-0. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/557399 – Режим доступа: по подписке.
4. **Барсуков, А. В.** Специальная психология: учебно-методическое пособие / А. В. Барсуков, Н. И. Дунаева, Ж. А. Шуткина. - Нижний Новгород: ННГУ им. Н. И. Лобачевского, 2019. - 76 с. - URL: https://e.lanbook.com /book/144895 - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
5. **Специальная психология: Шпаргалка.** - Москва: ИЦ РИОР, 2010. - 96 с. (Шпаргалка [отрывная]). ISBN 978-5-369-00577-4. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/199232 – Режим доступа: по подписке.
6. **Трошихина, Е. Г.** Нарушение и коррекция психического развития: Учебное пособие / Трошихина Е.Г., Щукин А.В. - СПб:СПбГУ, 2016. - 80 с.: ISBN 978-5-288-05679-6. -

Текст: электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/941961 – Режим доступа: по подписке.

9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Практические занятия	Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом
Реферат	Реферат: Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Самостоятельная работа	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа. Изучение нового материала до его изложения на занятиях. Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников. Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа. Подготовка к текущему контролю, к промежуточной аттестации.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

Методические рекомендации к организации самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ» предполагает более глубокую проработку ими отдельных тем курса, определенных программой. Основными видами и формами самостоятельной работы студентов по данной дисциплине являются:

- подготовка рефератов к практическим занятиям;
- самоподготовка по вопросам;
- подготовка к зачету.

Важной частью самостоятельной работы является чтение учебной литературы. Основная функция учебников - ориентировать студента в системе тех знаний, умений и навыков, которые должны быть усвоены по данной дисциплине будущими специалистами. В процессе изучения данной дисциплины учитывается активность студентов на практических занятиях, а также качество и своевременность подготовки теоретических материалов, исследовательских проектов и презентаций рефератов. По окончании изучения дисциплины проводится зачет по предложенным вопросам и заданиям.

Вопросы, выносимые на зачет, должны служить постоянными ориентирами при организации самостоятельной работы студента. Таким образом, усвоение учебного предмета в процессе самостоятельного изучения учебной и научной литературы является и подготовкой к зачету, а сам зачет становится формой проверки качества всего процесса учебной деятельности студента.

Студент, показавший высокий уровень владения знаниями, умениями и навыками по предложенному вопросу, считается успешно освоившим учебный курс. В случае большого количества затруднений при раскрытии предложенного на зачете вопроса студенту предлагается повторная сдача в установленном порядке.

Для успешного овладения курсом необходимо выполнять следующие требования:

1) посещать все занятия, т.к. весь тематический материал взаимосвязан между собой и теоретического овладения пропущенного недостаточно для качественного усвоения;

2) все рассматриваемые на практических занятиях темы обязательно конспектировать в отдельную тетрадь и сохранять её до окончания обучения в вузе;

3) обязательно выполнять все домашние задания;

4) проявлять активность на занятиях и при подготовке, т.к. конечный результат овладения содержанием дисциплины необходим, в первую очередь, самому студенту;

5) в случаях пропуска занятий, по каким-либо причинам, обязательно «отрабатывать» пропущенное занятие преподавателю во время индивидуальных консультаций.

Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям

Целью изучения дисциплины является обеспечение общепрофессиональных и профессиональных компетенций.

При подготовке студентов к практическим занятиям по курсу необходимо не только знакомить студентов с теориями и методами практики, но и стремиться отрабатывать на практике необходимые навыки и умения.

Практическое занятие - это активная форма учебного процесса в вузе, направленная на умение студентов переработать учебный текст, обобщить материал, развить критичность мышления, отработать практические навыки. В рамках курса «Основы

здорового образа жизни лиц с ОВЗ» применяются следующие виды практических занятий: семинар-конференция (студенты выступают с докладами по теме рефератов, которые тут же и обсуждаются), обсуждение отдельных вопросов на основе обобщения материала.

Практические занятия предназначены для усвоения материала через систему основных понятий. Они включают обсуждение отдельных вопросов, разбор трудных понятий и их сравнение. Успешная организация времени по усвоению данной дисциплины во многом зависит от наличия у студента умения к самоорганизации для выполнения предложенных домашних заданий. При этом *алгоритм подготовки будет следующим:*

1этап - поиск в литературе теоретической информации на предложенные преподавателем темы;

2этап - осмысление полученной информации, освоение терминов и понятий;

3этап - составление плана ответа на конкретные вопросы (конспект по теоретическим вопросам к практическому занятию, не менее трех источников для подготовки, в конспекте должны быть ссылки на источники).

Важнейшие требования к выступлениям студентов - самостоятельность в подборе фактического материала и аналитическом отношении к нему, умение рассматривать примеры и факты во взаимосвязи и взаимообусловленности, отбирать наиболее существенные из них. Доклад является формой работы, при которой студент самостоятельно готовит сообщение на заданную тему и далее на семинарском занятии выступает с этим сообщением.

При подготовке к докладам необходимо:

- подготовить сообщение, включающее сравнение точек зрения различных авторов;
- сообщение должно содержать анализ точек зрения, изложение собственного мнения или опыта по данному вопросу, примеры;
- вопросы к аудитории, позволяющие оценить степень усвоения материала;
- выделение основных мыслей, так чтобы остальные студенты могли конспектировать сообщение в процессе изложения. Доклад (сообщение) иллюстрируется конкретными примерами из практики.

10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)

10.1. Общесистемные требования

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) Университета из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», как на территории Университета, так и вне ее.

Функционирование ЭИОС обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование ЭИОС соответствует законодательству Российской Федерации.

Адрес официального сайта университета: http://kchgu.ru.

Адрес размещения ЭИОС ФГБОУ ВО «КЧГУ»: https://do.kchgu.ru.

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2024-2025 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 238 эбс от 23.04.2024 г. Электронный адрес: https://znanium.com	От 23.04.2024г. до 11.05.2025г.
2024-2025 учебный год	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № 36 от 14.03.2024 г. Электронный адрес: https://e.lanbook.com	По 19.01.2025г.
2024-2025 учебный год	Электронно-библиотечная система КЧГУ. Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г. Протокол № 1. Электронный адрес: http://lib.kchgu.ru	Бессрочный
2024-2025 учебный год	Национальная электронная библиотека (НЭБ). Договор №101/НЭБ/1391-п от 22. 02. 2023 г. Электронный адрес: http://rusneb.ru	Бессрочный
2024-2025 учебный год	Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU». Лицензионное соглашение №15646 от 21.10.2016 г. Электронный адрес: http://elibrary.ru	Бессрочный
2024-2025 учебный год	Электронный ресурс Polpred.comОбзор СМИ. Соглашение. Бесплатно. Электронный адрес: http://polpred.com	Бессрочный

10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Занятия проводятся в учебных аудиториях, предназначенных для проведения занятий лекционного и практического типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации в соответствии с расписанием занятий по образовательной программе. С описанием оснащенности аудиторий можно ознакомиться на сайте университета, в разделе материально-технического обеспечения и оснащенности образовательного процесса по адресу: https://kchgu.ru/sveden/objects/

10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

- MicrosoftWindows (Лицензия № 60290784), бессрочная
- MicrosoftOffice (Лицензия № 60127446), бессрочная
- ABBY FineReader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная

– CalculateLinux (внесён в ЕРРП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная

– Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная

– Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 280E-210210-093403-420-2061), с 25.01.2023 г. по 03.03.2025 г.

10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Федеральный портал «Российское образование»- https://edu.ru/documents/
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – http://school-collection.edu.ru/
3. Базы данных Scopus издательства Elsevirhttp://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic.
4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - http://fgosvo.ru.
5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) – http://edu.ru.
6. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – http://school-collection.edu.ru.
7. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – http://window/edu.ru.

11. Особенности организации образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья

В ФГБОУ ВО «Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева» созданы условия для получения высшего образования по образовательным программам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Специальные условия для получения образования по ОПВО обучающимися с ограниченными возможностями здоровья определены «Положением об обучении лиц с ОВЗ *в КЧГУ*», размещенным на сайте Университета по адресу: http://kchgu.ru.

12. Лист регистрации изменений

В рабочей программе внесены следующие изменения:

Изменение	Дата и номер ученого совета факультета/института, на котором были рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений	Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения	Дата введения изменений
Обновлены договоры: 1. На антивирус Касперского. (Договор №56/2023 от 25 января 2023г.). Действует до 03.03.2025г. 2.Договор № 915 ЭБС ООО «Знаниум» от 12.05.2023г. Действует до 15.05.2024г. 3.Договор № 36 от 14.03.2024г. эбс «Лань». Действует по 19.01.2025г. 4.Договор № 238 эбс ООО «Знаниум» от 23.04.2024г. Действует до 11 мая 2025г.		29.05.2024г., протокол № 8	30.05.2024г.,