

Аннотация
рабочей программы дисциплины
ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ЛИЦ С ОВЗ
направления 44.03.05 Педагогическое образование
(с двумя профилями подготовки)
профиль – Начальное образование; информатика

1. Цель изучения дисциплины.

Целью изучения дисциплины является:

1. Формирование понимания необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его; обучить здоровому образу жизни - организовать целенаправленный, систематический процесс для укрепления здоровья обучающихся;
2. 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;
3. 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;
4. выработать основные принципы охраны жизни и здоровья у обучающихся в учебно-воспитательном пространстве и во внеурочной деятельности.

Для достижения цели ставятся задачи:

1. 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.
2. Формирование знаний о методах количественной и качественной оценки здоровья человека.
3. Формирование у обучающихся системы знаний о влиянии экологических факторов на здоровье человека;
4. Развитие положительной мотивации сохранения и укрепления собственного здоровья обучающихся через овладение принципами здорового образа жизни.
5. Формирование представления о наиболее распространенных болезнях и возможности их предупреждения.

2. Место дисциплины в учебном плане:

Данная дисциплина (модуль) относится к Блоку 1 и реализуется в рамках дисциплины по выбору Б1.В.ДВ.6

Дисциплина (модуль) изучается на 5 курсе в 10 семестре.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП	
Индекс	Б1.В.ДВ.08.02
Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
Для успешного освоения дисциплины студент должен иметь базовую подготовку по обществознанию, ОБЖ в объеме программы средней школы.	
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 Основы здорового образа жизни, Социальная безопасность, Управления и права.	

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) Б1.В.ДВ.08.02 Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций обучающегося:

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ООП/ООП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК.Б-7.1 выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности УК.Б-7.2 планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	Знать: - виды физических упражнений; - научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни Уметь: - применять на практике разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности;

		<p>УК.Б-7.3 соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях в профессиональной деятельности</p>	<p>– использовать творчески средства и методы</p> <p>– физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни</p> <p>Владеть:</p> <p>– средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования</p>
УК-8	<p>Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций</p>	<p>УК.Б-8.1 анализирует факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений)</p> <p>УК.Б-8.2 выявляет проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте; предлагает мероприятия по предотвращению чрезвычайных ситуаций</p> <p>УК.Б-8.4 разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; оказывает первую помощь, описывает способы участия в восстановительных мероприятиях</p>	<p>Знать:</p> <p>- основы физиологии человека и рациональные условия деятельности последствия воздействия на человека травмирующих вредных и поражающих факторов;</p> <p>- принципы, правила и требования безопасного поведения и защиты в различных условиях и чрезвычайных ситуациях (ЧС);</p> <p>Уметь:</p> <p>- эффективно применять средства защиты от негативных воздействий;</p> <p>- оказывать первую помощь пострадавшим;</p> <p>- причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от опасных ситуаций;</p> <p>Владеть:</p> <p>- методикой и навыками оценки допустимого риска;</p> <p>- порядком и правилами оказания первой помощи пострадавшим.</p> <p>- использования средств и методов повышения безопасности и устойчивости технических средств и технологических процессов.</p>

4. Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 108 академических часов (3 зачетные единицы).

5. Разработчик: Борлакова Л.М., к.п.н., ст. пр.