

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

Педагогический факультет
кафедра профессионального образования, русского языка и методики его преподавания



Д.У. Биджиев

«05» июля 2022г.

М.П.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (модуля)

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) подготовки

Начальное образование; дошкольное образование

Квалификация выпускника

бакалавр

Форма обучения

Заочная

Год начала подготовки - 2018

(по учебному плану)

Карачаевск, 2022

Программу составил(а): к.п.н.,ст.преп. Борлакова Л.М.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО и на основании учебного плана

Рабочая программа обновлена и утверждена на заседании кафедры профессионального образования, русского языка и методики его преподавания на 2022-2023 уч. год

Протокол № 11 от 05.07.2022 г.

И.о. завкафедрой



к. геогр. н., доц. Чагарова Л.А.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Наименование дисциплины (модуля).....	4
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	4
3. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы.....	6
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.....	6
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....	7
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	9
7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).....	10
7.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	10
7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.....	10
7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	12
7.3.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:.....	12
7.3.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации (экзамен).....	20
7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	22
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля).....	23
8.1. Основная литература.....	23
8.2. Дополнительная литература.....	23
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).....	24
9.1. Методические рекомендации по освоению лекционного материала, подготовке к лекциям.....	25
9.2. Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям.....	27
10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля).....	27
10.1. Общесистемные требования.....	27
10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины.....	28
10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения.....	28
10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	29
11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	29
12. Лист регистрации изменений.....	30

1. Наименование дисциплины (модуля):

Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ

Целью изучения дисциплины является:

- формирование понимания необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его; обучить здоровому образу жизни - организовать целенаправленный, систематический процесс для укрепления 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.

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

В результате освоения ОПОП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю):

<i>Коды компетенции</i>	<i>Результаты освоения ОПОП Содержание компетенций*</i>	<i>Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**</i>
ПК-7	Способностью организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать	Знать: <ul style="list-style-type: none">- виды физических упражнений;- научно-практические основы физической культуры и здорового образа и стиля жизни

	их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни <p>Владеть:</p> <p>средствами и методами укрепления индивидуального здоровья, физического самосовершенствования</p>
--	---	---

3. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Данная дисциплина (модуль) относится к Блоку 1 и реализуется в рамках базовой части Б1.

Дисциплина (модуль) изучается на 2 курсе в 4 семестре.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП	
Индекс	Б1.В.ДВ.12.02
Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
Для успешного освоения дисциплины студент должен иметь базовую подготовку по биологии и анатомии знаний в объёме 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. Изучение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин Анатомия, Биология, Основы медицинских знаний.	

4. Объем дисциплины 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 3 ЗЕТ, 108 академических часов.

Объём дисциплины	Всего часов	
	для очной формы обучения	для заочной формы обучения
Общая трудоемкость дисциплины		108

Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) * (всего)		8
Аудиторная работа (всего):		8
в том числе:		
лекции		4
семинары, практические занятия		4
практикумы	Не предусмотрено	
лабораторные работы	Не предусмотрено	
Внеаудиторная работа:		
консультация перед экзаменом		
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)		96
Контроль самостоятельной работы		4
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)		зачет

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

Для заочной формы

№ п/п	Курс/ семес тр	Раздел, тема дисциплины	Общая трудое мкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоёмкость (в часах)			
				Аудиторные уч. занятия			Сам. Раб.
				Лек	Пр.	Лаб	
			108	-	8	-	96
	2/4	Раздел 1. Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема лиц с ОВЗ.	26	-	2	-	24
1.	2/4	Тема 1. Основные понятия и определения дисциплины. Цель и задачи дисциплины. Понятие здоровья и болезни. (самостоятельно)	14	-		-	12

2.	2/4	Тема 2. Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков с ОВЗ. Показатели здоровья. Группы здоровья детей. (Практическое занятие)	14	-	2	-	12
	2/4	Раздел 2. Социально - психологические аспекты здорового образа жизни у лиц с ОВЗ.	26	-	2	-	24
3.	2/4	Тема 1. Концепции здорового образа жизни. Понятие здоровья. Норма и патология. (Практическое занятие)	6	-	-	-	8
4.	2/4	Тема 2. Факторы, определяющие здоровье и болезнь. (самостоятельно)	6	-	2	-	4
5.	2/4	Тема 3. Основные группы инфекционных заболеваний. Пути и механизмы передачи инфекций. Восприимчивость и иммунитет. (Практическое занятие)	6	-	-	-	6
6.	2/4	Тема 4. Двигательная активность и здоровье. Сберегающая здоровье организация учебно - воспитательного процесса в учебном заведении. (самостоятельно)	6	-	-	-	6
	2/4	Раздел 3. Влияние экологических факторов на здоровье учащихся с ОВЗ.	26	-	2	-	24
7.	2/4	Тема 1. Климат и здоровье. Загрязнение биосферы. (самостоятельно)	8	-	-	-	8
8.	2/4	Тема 2. Психо - стрессовые факторы влияющие на здоровье лиц с ОВЗ. (самостоятельно)	8	-	2	-	6
9.	2/4	Тема 3. Факторы разрушающие здоровье: курение, наркомания, алкоголизм. (практическое занятие)	10	-	-	-	10
10.	2/4	Раздел 4. Медико - гигиенические аспекты здорового образа жизни.	26	-	2	-	24
11.	2/4	Тема 1. Профилактика венерических болезней (самостоятельно)	12	-	2	-	10
12.	2/4	Тема 2. Профилактика СПИДа и вирусного гепатита В и С. (Практическое занятие)	14	-	-	-	14

Контроль самостоятельной работы:	4				
----------------------------------	---	--	--	--	--

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе самостоятельной работы студенты могут пользоваться следующими методическими материалами:

1. Обучение работников организаций и населения основам гражданской обороны и защиты в чрезвычайных ситуациях : Учебно-метод.пособие. - 2003. - 451 с.

2. Организация и ведение гражданской обороны и защиты населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера (учебное пособие для преподавателей и слушателей УМЦ, курсов ГО и работников ГОЧС предприятий, организаций, учреждений) / Под общей ред. Г. Н. Кириллова. - М.: Институт риска и безопасности, 2002. - 510 с.

Методические материалы в виде электронных ресурсов находятся в открытом доступе в ЭИОС.

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

7.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Перечень (код) контролируемой компетенций	Контролируемые разделы (темы)	Этапы формирования компетенций
	<i>Раздел 1. Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема лиц с ОВЗ.</i>	
ОК-9, ОПК-6	Тема 1.1 Основные понятия и определения дисциплины. Цель и задачи дисциплины. Понятие здоровья и болезни. (самостоятельно)	1 этап
ОК-9, ОПК-6	Тема 1.2 Факторы, влияющие на здоровье детей и подростков с ОВЗ. Показатели здоровья. Группы здоровья детей. (Практическое занятие)	1 этап
	<i>Раздел 2. Социально - психологические аспекты здорового образа жизни у лиц с ОВЗ.</i>	
ОК-9, ОПК-6	Тема 2.1 Концепции здорового образа жизни. Понятие здоровья. Норма и патология. (Практическое занятие)	1 этап, 2этап
ОК-9, ОПК-6	Тема 2.2 Двигательная активность и здоровье. Сберегающая здоровье организация учебно - воспитательного процесса в учебном заведении. (самостоятельно)	1 этап, 2этап
	<i>Раздел 3. Влияние экологических факторов на здоровье учащихся с ОВЗ.</i>	
ОК-9, ОПК-6	Тема 3.1 Климат и здоровье. Загрязнение биосферы. (самостоятельно)	1 этап, 2этап

	Раздел 4. Медико - гигиенические аспекты здорового образа жизни.	
ОК-9, ОПК-6	Тема 4.1 Профилактика венерических болезней (самостоятельно)	1 этап, 2этап

7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

1 этап – начальный		
Показатели	Критерии	Шкала оценивания
<p>1. Способность обучаемого продемонстрировать наличие знаний при решении учебных заданий.</p> <p>2. Способность в применении умения в процессе освоения учебной дисциплины, и решения практических задач.</p> <p>3. Способность проявить навык повторения решения поставленной задачи по стандартному образцу</p>	<p>1. Способность обучаемого продемонстрировать наличие знаний при решении заданий, которые были представлены преподавателем вместе с образцом их решения.</p> <p>2. Применение умения к использованию методов освоения учебной дисциплины и способность проявить навык повторения решения поставленной задачи по стандартному образцу.</p> <p>3. Обучаемый демонстрирует самостоятельность в применении знаний, умений и навыков к решению учебных заданий в полном соответствии с образцом, данным преподавателем, по заданиям, решение которых было показано преподавателем.</p>	<p>2 балла <i>ставится в случае:</i> незнания значительной части программного материала; неумения владеть понятийным аппаратом дисциплины; существенных ошибок при изложении учебного материала; неумения строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; неумения делать выводы по излагаемому материалу.</p> <p>3 балла <i>студент должен:</i> продемонстрировать общее знание изучаемого материала; знать основную рекомендуемую программой дисциплины учебную литературу; уметь строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; показать общее владение понятийным аппаратом дисциплины;</p> <p>4 балла <i>студент должен:</i> продемонстрировать достаточно полное знание материала; продемонстрировать знание основных теоретических понятий и фактов; достаточно последовательно, грамотно и логически стройно излагать материал; продемонстрировать умение ориентироваться в учебной и научной литературе; уметь делать достаточно обоснованные выводы по излагаемому материалу</p> <p>5 баллов <i>студент должен:</i> продемонстрировать глубокое и прочное усвоение знаний материала; исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно изложить теоретический материал; правильно формулировать определения, теоремы с умением их доказывать; продемонстрировать умения самостоятельной работы с учебной и научной литературой; уметь делать теоретические и практические выводы по излагаемому материалу</p>
2 этап – заключительный		
<p>1. Способность обучаемого</p>	<p>1. Обучающийся демонстрирует</p>	<p>2 балла <i>ставится в случае:</i> незнания значительной</p>

<p>самостоятельно продемонстрировать наличие знаний при решении учебных заданий.</p> <p>2. Самостоятельность в применении умения к использованию методов освоения учебной дисциплины и к решению практических задач.</p> <p>3. Самостоятельность в проявлении навыка в процессе решения поставленной задачи без стандартного образца.</p>	<p>самостоятельное применение знаний, умений и навыков при решении заданий, аналогичных тем, которые представлял преподаватель при потенциальном формировании компетенции.</p> <p>2. Обучаемый демонстрирует способность к полной самостоятельности в выборе способа решения неизвестных или нестандартных заданий в рамках учебной дисциплины с использованием знаний, умений и навыков, полученных как в ходе освоения данной учебной дисциплины, так и смежных дисциплин.</p>	<p>части программного материала; неумения владеть понятийным аппаратом дисциплины; существенных ошибок при изложении учебного материала; неумения строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; неумения делать выводы по излагаемому материалу;</p> <p>3 балла <i>студент должен:</i> продемонстрировать общее знание изучаемого материала; знать основную рекомендуемую программой дисциплины учебную литературу; уметь строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; показать общее владение понятийным аппаратом дисциплины;</p> <p>4 балла <i>студент должен:</i> продемонстрировать достаточно полное знание материала; продемонстрировать знание основных теоретических понятий и фактов; достаточно последовательно, грамотно и логически стройно излагать материал; продемонстрировать умение ориентироваться в учебной и научной литературе; уметь сделать достаточно обоснованные выводы по излагаемому материалу;</p> <p>5 баллов <i>студент должен:</i> продемонстрировать глубокое и прочное усвоение знаний материала; исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно изложить теоретический материал; правильно формулировать определения; продемонстрировать умения самостоятельной работы учебной и научной литературой; уметь сделать конкретные выводы по излагаемому материалу.</p>
---	--	--

7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

7.3.1. Типовые темы к письменным работам, докладам, выступлениям

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.

Комплект тестовых заданий

1. Задание 1. (ОК-9) 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. Задание 2. (ОК-9) К основным аспектам здорового образа жизни относится:

- а) профессиональные вредности;
- б) рациональное питание;
- в) магнитные излучения;
- г) перенесенные травмы и заболевания.

Задание 3. (ОК-9) 3 Иммунитет это:

- а) Число пальцев на конечностях
- б) Заболевание желудочно-кишечного тракта
- в) Невосприимчивость к болезням
- г) Устойчивость в социальной среде

Задание 4. (ОК-9) 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

Задание 5. (ОК-9) Вирусным гепатитом В и С нельзя заразится:

- а) Половым путем,
- б) При переливании крови,
- в) При занятиях борьбой в спортивных секциях
- г) При потреблении невымытых фруктов

Задание 6. (ОК-9) Антигены это:

- а) Иммунные белки
- б) Чужеродные вещества
- в) Вакцины
- г) Хромосомный набор клетки

Задание 7. (ОК-9) 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.

Задание 8. (ОК-9) 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.

Задание 9. (ОК-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.

Задание 10. (ОК-9) Неспецифическая защита организма не связана с:

- а) секретами биологических жидкостей организма;
- б) функционирование нормальной микрофлоры слизистых;
- в) чистой неповрежденной кожей;
- г) введением иммунных сывороток.

Задание 11. (ОК-9) Совокупность патологических изменений организма, связанных с длительным и неумеренным употреблением спиртных напитков называется:

- а) алкоголизмом;
- б) наркоманией;
- в) токсикоманией;
- г) табакокурением.

Задание 12. (ОК-9) Иммуитет, присущий различным видам животных и человеку, передающийся из поколения в поколение, называется:

- а) приобретенным;
- б) пассивным;
- в) наследственным;
- г) искусственным.

7.3.2. Примерные вопросы к итоговой аттестации (экзамен)

1. Определение понятий «здоровье», «болезнь», «переходное состояние». Компоненты здоровья.
2. Критерии здоровья. Отношение человека к здоровью.
3. Оценка физического здоровья человека.
4. Оценка психического здоровья человека.
5. Индивидуальное и общественное здоровье
6. Определение понятия «Здоровый образ жизни». Основные аспекты здорового образа жизни (рациональное питание, двигательная активность, психогигиена и т.д.).
7. Формирование мотивации здорового образа жизни у лиц с ограниченными возможностями здоровья.
8. Влияние двигательной активности на здоровье. Гиподинамия.
9. Социальное здоровье. Социализация ребенка.
10. Психическое здоровье и факторы его определяющие.
11. Этапы формирования здоровья ребенка в семье.
12. Особенности воспитания ребенка с ограниченными возможностями здоровья.
13. Нарушения психического здоровья у детей (неврозы). Их происхождение и профилактика
14. Понятие о стрессе и дистрессе. Их роль и значение для сохранения и укрепления здоровья
15. Нарушения осанки у детей. Причины. Профилактика
16. Подвижные игры в абилитации детей с детскими церебральными параличами
17. Профилактика и коррекция близорукости у школьников
18. Профилактика и коррекция неврозов у школьников
19. Профилактика утомления у школьников в процессе учебной деятельности
20. Проблемы мониторинга здоровья. Общие принципы проведения мониторинга здоровья
21. Основные этапы проведения мониторинга здоровья
22. Сберегающая здоровье организация учебно-воспитательного процесса в учебное и внеучебное время.
23. Определение понятия «Рациональное питание». Основные принципы рационального питания.
24. Понятие «Репродуктивное здоровье» и факторы его определяющий
25. Профилактика нарушений репродуктивного здоровья у школьниц
26. Инфекционные болезни. Их классификация. Механизмы передачи инфекции
27. Понятие об иммунитете. Классификация иммунитета. Повышение иммунитета
28. Венерические болезни, их профилактика
29. СПИД: эпидемиология, клинические проявления, профилактика
30. Действие алкоголя на организм человека.

7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

Критерии оценки формирования компетенций

Критерии оценки формирования компетенций целесообразно формировать в два этапа.

1-й этап - начальный: определение критериев оценки отдельно по каждой формируемой компетенции. Сущность 1-го этапа состоит в определении критериев для оценивания отдельно взятой компетенции на основе продемонстрированного обучаемым уровня самостоятельности в применении полученных в ходе изучения учебной дисциплины, знаний, умений и навыков.

2-й этап - заключительный: определение критериев для оценки уровня обученности по учебной дисциплине на основе комплексного подхода к уровню сформированности всех компетенций, обязательных к формированию в процессе изучения предмета.

Сущность 2-го этапа определения критерия оценки по учебной дисциплине заключена в определении подхода к оцениванию на основе ранее полученных данных о сформированности каждой компетенции, обязательной к выработке в процессе изучения предмета.

В качестве основного критерия при оценке обучаемого при определении уровня освоения учебной дисциплины наличие сформированных у него компетенций по результатам освоения учебной дисциплины.

Показатели оценивания компетенций и шкала оценки

Оценка «неудовлетворительно» (не зачтено) или отсутствие сформированности компетенции	Оценка «удовлетворительно» (зачтено) или низкий уровень освоения компетенции	Оценка «хорошо» (зачтено) или повышенный уровень освоения компетенции	Оценка «отлично» (зачтено) или высокий уровень освоения компетенции
Уровень освоения дисциплины, при котором у обучаемого не сформировано более 50% компетенций. Если же учебная дисциплина выступает в качестве итогового этапа формирования компетенций (чаще всего это дисциплины профессионального цикла) оценка «неудовлетворительно» должна быть выставлена при отсутствии сформированности хотя бы одной компетенции	При наличии более 50% сформированных компетенций по дисциплинам, имеющим возможность до-формирования компетенций на последующих этапах обучения. Для дисциплин итогового формирования компетенций естественно выставлять оценку «удовлетворительно», если сформированы все компетенции и более 60% дисциплин профессионального цикла «удовлетворительно»-	Для определения уровня освоения промежуточной дисциплины на оценку «хорошо» обучающийся должен продемонстрировать наличие 80% сформированных компетенций, из которых не менее 1/3 оценены отметкой «хорошо». Оценивание итоговой дисциплины на «хорошо» обуславливается наличием у обучаемого всех	Оценка «отлично» по дисциплине с промежуточным освоением компетенций, может быть выставлена при 100% подтверждении наличия компетенций, либо при 90% сформированных компетенций, из которых не менее 2/3 оценены отметкой «хорошо». В случае оценивания уровня освоения дисциплины с итоговым

		сформированных компетенций причем общепрофессиональных компетенции по учебной дисциплине должны быть сформированы не менее чем на 60% на повышенном уровне, то есть с оценкой «хорошо».	формированием компетенций оценка «отлично» может быть выставлена при подтверждении 100% наличия сформированной компетенции у обучаемого, выполнены требования к получению оценки «хорошо» и освоены на «отлично» не менее 50% общепрофессиональных компетенций
--	--	---	--

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

8.1. Основная литература

1. Здоровый образ жизни: Учебное пособие / Пискунов В.А., Максинаева М.Р., Тупицына Л.П. - Москва :МПГУ, 2012. - 86 с.: ISBN 978-5-7042-2355-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/757954> . – Режим доступа: по подписке.

8.2. Дополнительная литература

Айдаркин, Е. К. Возрастные основы здоровья и здоровьесберегающие образовательные технологии / Айдаркин Е.К., Иваницкая Л.Н. - Ростов-на-Дону:Издательство ЮФУ, 2008. - 176 с.ISBN 978-5-9275-0413-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/553079> – Режим доступа: по подписке.

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

Виды учебных занятий и формы контроля	Организация деятельности студента (Методические рекомендации)
Лекция	Написание конспекта лекций: краткое, схематичное, последовательное фиксирование основных положений, выводов, формулировок, фактов, обобщений; выделение ключевых слов, терминов, понятий. Обозначение вопросов, терминов, материала, вызывающего трудности. Нахождение ответов на вопросы лекционного материала. Для этого проработать материалы лекции с учебной и научной литературой. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Общее время отводимое на содержательную проработку лекционного материала, в том числе самостоятельно и контактную работу с

	преподавателем – 1,5 часа.
Практические занятия	<p>При подготовке к практическим занятиям, проработать теоретический материал лекций. Особое внимание уделить формулам, понятиям, теоремам, их взаимосвязям. Выполнить несколько простейших упражнений, в том числе заданных преподавателем как домашнее задание. Также сделать конспект литературных источников, в том числе с указаниями и решениями задач. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом. Решение расчетно-графических заданий, типовых задач, решение задач по алгоритму. Если самостоятельно не удастся разобраться в примерах и задачах, необходимо отметить нерешенные задачи и совместно решить их с преподавателем на консультации, на практическом занятии.</p> <p>Общее время отводимое на содержательную подготовку к практическим занятиям, в том числе самостоятельно и контактную работу с преподавателем – 2 часа.</p>
Контрольная работа/ типовые расчеты/ тестовые задания	<p>При подготовке к указанным видам занятий, необходимо проработать весь материал теоретического и практического курса, соотносимый с конкретным видом занятия. Ознакомиться с образцами задач и примеров конкретного вида занятия, с их содержанием. Решить образцы вариантов конкретного вида текущего контроля. Тестирование проводится по отдельным темам дисциплины, по модулям программы. После выполнения указанных видов занятий, проделать работу над ошибками.</p>
Реферат/ сообщение	<p>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.</p> <p>Сообщение: Изучение научной, учебной, другой литературы по теме сообщения. Отбор необходимого материала; формирование выводов и разработка конкретных рекомендаций по решению поставленной цели и задачи; проведение теоретических и практических исследований по теме сообщения.</p>
Коллоквиум	<p>Работа с конспектами лекций и практических занятий, подготовка ответов к контрольным вопросам теоретического и практического характера по указанным разделам.</p>
Самостоятельная работа	<p>Самостоятельная работа студентов, включает усвоение теоретического материала, подготовку к практическим занятиям, выполнение индивидуальных заданий, рефератов, тестированию, работу с учебниками, иной учебной и учебно-методической литературой, подготовку к текущему контролю успеваемости, к экзамену.</p>
Подготовка к экзамену	<p>При подготовке к экзамену необходимо ориентироваться на конспекты лекций и практических занятий, рекомендуемую литературу и др. При этом детально и содержательно проработать каждый материал лекции и практического занятия, вопросов вынесенных на самостоятельную работу. Уметь ориентироваться в схеме фактов и утверждений данной дисциплины. Ознакомиться с перечнем вопросов к экзамену.</p>

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

10.1. Общесистемные требования

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»

<http://kchgu.ru> - адрес официального сайта университета

<https://do.kchgu.ru> - электронная информационно-образовательная среда КЧГУ

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2021 / 2022 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 5184 ЭБС от 25 марта 2021г.	с 30.03.2021 г по 30.03.2022 г.
	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № СЭБ НВ-294 от 1 декабря 2020 года.	Бессрочный
2021 /2022 учебный год	Электронная библиотека КЧГУ (Э.Б.).Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г.Протокол № 1). Электронный адрес: https://kchgu.ru/biblioteka - kchgu/	Бессрочный
2021 / 2022 Учебный год	Электронно-библиотечные системы: Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU» - https://www.elibrary.ru . Лицензионное соглашение №15646 от 01.08.2014г.Бесплатно. Национальная электронная библиотека (НЭБ) – https://rusneb.ru . Договор №101/НЭБ/1391 от 22.03.2016г.Бесплатно. Электронный ресурс «Polred.com Обзор СМИ» – https://polpred.com . Соглашение. Бесплатно.	Бессрочно

10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского и практического типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации Специализированная мебель: столы ученические, стулья, доска меловая	369200, Карачаево-Черкесская республика, г. Карачаевск, ул. Ленина, 29. Учебный корпус №4, ауд. 519
---	---

10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

Специализированная мебель:

столы ученические, стулья, доска меловая

10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Современные профессиональные базы данных

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 Elsevir
<http://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.

Информационные справочные системы

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - <http://fgosvo.ru>.
2. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) – <http://edu.ru>.
3. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru>.
4. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – <http://window/edu.ru>.

11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

В группах, в состав которых входят студенты с ОВЗ, в процессе проведения учебных занятий создается гибкая, вариативная организационно-методическая система обучения, адекватная образовательным потребностям данной категории обучающихся, которая позволяет не только обеспечить преимущество систем общего (инклюзивного) и высшего образования, но и будет способствовать формированию у них компетенций, предусмотренных ФГОС ВО, ускорит темпы профессионального становления, а также будет способствовать их социальной адаптации.

В процессе преподавания учебной дисциплины создается на каждом занятии толерантная социокультурная среда, необходимая для формирования у всех обучающихся гражданской, правовой и профессиональной позиции соучастия, готовности к полноценному общению, сотрудничеству, способности толерантно воспринимать социальные, личностные и культурные различия, в том числе и характерные для обучающихся с ОВЗ.

Посредством совместной, индивидуальной и групповой работы формируется у всех обучающихся активная жизненная позиция и развитие способности жить в мире разных людей и идей, а также обеспечивается соблюдение обучающимися их прав и свобод и признание права другого человека, в том числе и обучающихся с ОВЗ на такие же права.

В процессе овладения обучающимися с ОВЗ компетенциями, предусмотренными рабочей программой дисциплины, преподаватель руководствуется следующими принципами построения инклюзивного образовательного пространства:

– **Принцип индивидуального подхода**, предполагающий выбор форм, технологий, методов и средств обучения и воспитания с учетом индивидуальных образовательных потребностей каждого из обучающихся с ОВЗ, учитывающими различные стартовые возможности данной категории обучающихся (структуру, тяжесть, сложность дефектов развития).

– **Принцип вариативной развивающей среды**, который предполагает наличие в процессе проведения учебных занятий и самостоятельной работы обучающихся необходимых развивающих и дидактических пособий, средств обучения, а также организацию безбарьерной среды, с учетом структуры нарушения в развитии (наврушения опорно-двигательного аппарата, зрения, слуха и др.).

– **Принцип вариативной методической базы**, предполагающий возможность и способность использования преподавателем в процессе овладения обучающимися с ОВЗ данной учебной дисциплиной, технологий, методов и средств работы из смежных областей, применение методик и приемов тифло-, сурдо-, логопедии.

– **Принцип самостоятельной активности обучающихся с ОВЗ**, предполагающий обеспечение самостоятельной познавательной активности данной категории обучающихся посредством дополнения раздела РПД «Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине» заданиями, учитывающими различные стартовые возможности данной категории обучающихся (структуру, тяжесть, сложность дефектов развития).

В группах, в состав которых входят обучающиеся с ОВЗ, в процессе проведения учебных занятий осуществляется учет наиболее типичных проявлений психоэмоционального развития, поведенческих особенностей, свойственных обучающимся с ОВЗ: повышенной утомляемости, инертности эмоциональных реакций, нарушений психомоторной сферы, недостаточное развитие вербальных и невербальных форм коммуникации. В отдельных случаях учитывается их склонность к перепадам настроения, аффективность поведения, повышенный уровень тревожности, склонность к проявлениям агрессии, негативизма.

В группах, в состав которых входят обучающиеся с ОВЗ, в процессе учебных занятий используются технологии, направленные на диагностику уровня и темпов профессионального становления обучающихся с ОВЗ, а также технологии мониторинга степени успешности формирования у них компетенций, предусмотренных ФГОС ВО при изучении данной учебной дисциплины, используя с этой целью специальные оценочные материалы и формы проведения промежуточной и итоговой аттестации, специальные технические средства, предоставляя обучающимся с ОВЗ дополнительное время для подготовки ответов, привлекая тьютеров).

Материально-техническая база для реализации программы:

1. Мультимедийные средства:

- интерактивные доски «Smart Board», «Toshiba»;
- экраны проекционные на штативе 280*120;
- мультимедиа-проекторы Epson, Benq, Mitsubishi, Aser;

1. Презентационное оборудование:

- радиосистемы AKG, Shure, Quik;
- видеоконфликты Microsoft, Logitech;
- микрофоны беспроводные;
- класс компьютерный мультимедийный на 21 мест;
- ноутбуки Aser, Toshiba, Asus, HP;

Наличие компьютерной техники и специального программного обеспечения: имеются рабочие места, оборудованные рельефно-точечными клавиатурами (шрифт Брайля), программное обеспечение NVDA с функцией синтезатора речи, видеоувеличителем, клавиатурой для лиц с ДЦП, роллером. Распределение специализированного оборудования.

12. Лист регистрации изменений

В рабочей программе внесены следующие изменения:

Изменение	Дата и номер протокола ученого совета факультета/института, на котором были	Дата и номер протокола ученого совета Университета,	Дата введения изменений
-----------	---	---	-------------------------

	рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений	на котором были утверждены изменения в ОПОП	
Обновлен договор на предоставления доступа к ЭБС «Юрайт» №3325 от 23.03.2018г. (с 24.03.2018г.по 23.03.2019г.)		28.03.2018г., протокол №7	28.03.2018г.
Переутверждена ОПОП ВО. Обновлены рабочие программы дисциплин, рабочие программы практик, рабочие программы ГИА, календарный учебный график.	26.06.2018 г., протокол № 10	27.06.2018г., протокол №10.	27.06.2018г.
Обновлены договоры: 1.На предоставление досупа к ЭБС »Знаниум» №3686эбс от 20.03.2019г. (с 24.03.2019 по 24.03.2020г.); 2.На антивирус Касперского OE26-190214—143423-910-82 (с 14.02.2019-02.03.2021)		27.03.2019г., протокол № 8	27.03.2019г.
Переутверждена ОПОП ВО. Обновлены рабочие программы дисциплин, рабочие программы практик, рабочие программы ГИА, календарный учебный график.	25.06.2019 г., протокол № 10	26.06.2019г., протокол № 10	26.06.2019г.
Переутверждена ОПОП ВО. Обновлены рабочие программы дисциплин, рабочие программы практик, рабочие программы ГИА, календарный учебный график.	30.06.2020 г., протокол № 10	02.07.2020 г., протокол № 7	02.07.2020 г.
В связи с вступлением в силу приказа Минобрнауки России и Минпросвещения России от 5 августа 2020 г. №885/390 «О практической подготовке обучающихся» (дата вступления в силу 22.09.2020 г.) 1. Включить названный приказ в перечень нормативных правовых актов, перечисленных в ОПОП в разделе 1.2.Нормативно-правовая база; 2. В ОПОП в разделе 1.2.Нормативно-правовая заменить фразу: «Приказ Минобрнауки России от 27.11.2015 г. №1383 «Об утверждении Положения о практике обучающихся, осваивающих		03.12.2020 г., Протокол № 2	03.12.2020г.

основные профессиональные образовательные программы высшего образования» на след. текст: Приказ Минобрнауки России от 27.11.2015 г. № 1383 «Об утверждении Положения о практике обучающихся, осваивающих основные профессиональные образовательные программы высшего образования» - до признания утратившим силу приказом Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05 августа 2020 года №885/390».			
Обновлен договор на использование комплектов лицензионного программного обеспечения: оказание услуг по продлению лицензий на антивирусное программное обеспечение. KasperskyEndpointSecurity (номер лицензии 280E-210210-093403-420-2061). 2021-2023 годы		Решение ученого совета КЧГУ от 31 марта 2021г., протокол №6	31.03.2021г.
Обновлены договоры на предоставление доступа к электронно-библиотечным системам: Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 5184 ЭБС от 25.03.2021г. (срок действия с 30.03.2021 по 30.03.2022г.) Электронно-библиотечная система «Лань». Договор №СЭБ НВ-294 от 01.12.2020г. Бессрочный.		Решение ученого совета КЧГУ от 31 марта 2021г., протокол № 6	31.03.2021г.
Переутверждена ОПОП ВО. Обновлены РПД, РПП, программы ГИА, календарный график учебного процесса.	29.06.2021 г., протокол № 10	Решение Ученого совета от 30.06.2021г., протокол № 8	30.06.2021 г.
Обновлен договор на предоставление доступа к Электронно-библиотечной системе ООО «Знаниум». Договор №179 ЭБС от 22.03.2022г. (срок действия с 30.03.2022г. до 30.03.2022г.)		30.03.2022г., протокол №10	30.03.2022г.,
1. В связи с вступлением в силу Приказа Минобрнауки России № 245 от 06.04.2021г. «Об утверждении Порядка организации		29.06.2022г., протокол № 13	29.06.2022г.,

<p>и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам магистратуры» с 1 сентября 2022г. включить названный приказ в перечень нормативных правовых актов. 2.Переутверждена ОП ВО. Обновлены РПД, РПП, программы ГИА, календарный график учебного процесса.</p>			
---	--	--	--