

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Тюлегенова Раиса Амиржановна Должность: Директор Дата подписания: 22.06.2023 10:17:14 Уникальный программный ключ 125b8ac44c5568c45bd8ab73dc3ced4a4eed767e8486e18d88ae8b889459a47	МИНИСТЕРСТВО НАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования Челябинский государственный университет (ФГБОУ ВО «ЧелГУ») Костанайский филиал	стр. 1
---	--	--------



УТВЕРЖДАЮ

**Директор Костанайского филиала
ФГБОУ ВО «ЧелГУ»**

Тюлегенова Р.А. / Тюлегенова Р.А.

«26» августа 2021 г.

**Рабочая программа дисциплины (модуля)
Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ**

Направление подготовки (специальность)

40.03.01 ЮРИСПРУДЕНЦИЯ

Направленность (профиль)

Уголовно-правовой профиль

Присваиваемая квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

очно-заочная

Год набора

2019, 2020

Костанай 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) одобрена и рекомендована кафедрой

Кафедра социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин

Протокол заседания № 12, от «29» июня 2021г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) одобрена и рекомендована учебно-методическим советом Костанайского филиала ФГБОУ ВО "ЧелГУ"

Протокол заседания № 10, от «25» августа 2021г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) одобрена и рекомендована ученым советом Костанайского филиала ФГБОУ ВО "ЧелГУ"

Протокол заседания №11, от «26» августа 2021г.

Заведующий кафедрой _____ Нуртазенов Тюлюбай Калиевич, кандидат исторических наук, доцент

Автор (составитель) _____ Лаврецкая И. А., доцент кафедры Социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин

Рецензент _____ кандидат биологических наук, доцент кафедры естественных наук педагогического факультета Костанайского социально-технического университета имени академика З. Алдамжар, Белан Ольга Ренатовна

1 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1 Цели

Формирование у студентов осознанного отношения к своему здоровью, признание здоровья как высшей ценности, готовности к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся, оказанию первой помощи при неотложных состояниях.

1.2 Задачи

1. Сформировать у студентов представление о факторах, определяющих здоровый образ жизни;
2. Сформировать у студентов представление о принципах и методах формирования здорового образа жизни учащихся;
3. Сформировать у студентов представление о факторах риска в формировании здоровья человека и общества;
4. Развить навыки ведения здорового образа жизни.

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОПОП

Блок (раздел) ОПОП: Б1.В.1.ДВ.02.03

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Социальная адаптация и основы социально-правовых знаний

Психология личности и профессиональное самоопределение

Основы методики самостоятельной работы

Безопасность жизнедеятельности

Адаптивные информационные технологии

Право социального обеспечения

Физическая культура и спорт

Баскетбол

Волейбол

Лёгкая атлетика

Мини-футбол

Настольный теннис

Права человека и правозащитная деятельность

Силовая гимнастика

Технологии социальной интеграции в условиях трудовой и образовательной деятельности юриста

Физическая культура для специальных медицинских групп

Фитнес гимнастика

Конституционное право зарубежных стран

Муниципальное право

Технология исследовательской деятельности

Учебная практика. Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков

Избирательное право

Конституционное право

Международное частное право

Профессиональная этика юриста

Семейное право

Философия

Основы научных исследований в юридической деятельности

Логика

Риторика юриста

2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Психология жизнестойкости

Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы

Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

Производственная практика. Преддипломная практика

Рабочая программа дисциплины "Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ" по направлению подготовки (специальности) 40.03.01 ЮРИСПРУДЕНЦИЯ направленности (профилю) Уголовно-правовой профиль	стр. 4
Производственная практика. Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности	

3 КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ПК-2: способностью осуществлять профессиональную деятельность на основе развитого правосознания, правового мышления и правовой культуры

Знать:

пороговый	Понятия "правосознание" и "правовая культура".
продвинутый	Связь правосознания и правовой культуры с профессиональной деятельностью юриста.
высокий	Приёмы и методы профессиональной деятельности на основе развитого правосознания и правовой культуры.

Уметь:

пороговый	Грамотно характеризовать понятия "правосознание" и "правовая культура".
продвинутый	Использовать знания о правосознании и правовой культуре в профессиональной деятельности.
высокий	Осуществлять профессиональную деятельность на основе развитого правосознания и правовой культуры.

Владеть:

пороговый	Знаниями о сущности правосознания и правовой культуры.
продвинутый	Способами связи правосознания и правовой культуры с профессиональной деятельностью юриста.
высокий	Способностью осуществлять профессиональную деятельность на основе развитого правосознания и правовой культуры.

ОК-9: готовностью пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий

Знать:

пороговый	Понятия "методы защиты" и "производственный персонал", "авария", "катастрофа", "стихийное бедствие".
продвинутый	Основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий.
высокий	Приёмы использования основных методов защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий.

Уметь:

пороговый	Охарактеризовать понятия "методы защиты" и "производственный персонал", "авария", "катастрофа", "стихийное бедствие".
продвинутый	Применять основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий.
высокий	Приёмы использования основных методов защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий.

Владеть:

пороговый	Знаниями о сущности понятий "первая помощь" и методах защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.
продвинутый	Основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий.
высокий	Системой методов защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий.

4 ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость	2 ЗЕТ
Часов по учебному плану : 72 в том числе : аудиторные занятия : 36 самостоятельная работа : 36 :	Виды контроля в семестрах: зачеты 7

5 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Часов	Компетенции	Литература	Методы проведения занятий, оценочные средства
	Раздел 1. Тема 1. Здоровье и факторы, его определяющие. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема.					
1.1	Тема 1. Здоровье и факторы, его определяющие. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. 1. Понятие здоровья, различные его определения. 2. Отношение человека к собственному здоровью. 3. Понятие «ценность», сущность «ценностного отношения». 4. Образ жизни – главный фактор здоровья. 5 Определение понятий «образ жизни», «условия жизни», «уклад жизни», «стиль жизни», «качество жизни» 6. Место образа жизни в структуре причин, обуславливающих современную патологию человека 7. Определение понятия "здоровый образ жизни". /Лек/	7	2	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: объяснительно-иллюстративный. Оценочное средство: конспект лекции.
1.2	Тема 1. Здоровье и факторы, его определяющие. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. /Пр/	7	2	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: репродуктивный, частично-поисковый Оценочное средство: дискуссионные вопросы.
1.3	Тема 1. Здоровье и факторы, его определяющие. Здоровый образ жизни как биологическая и социальная проблема. /Ср/	7	4	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: частично-поисковый метод Оценочное средство: реферат
	Раздел 2. Тема 2. Социально-психологические и психолого-педагогические аспекты здорового образа жизни					

Рабочая программа дисциплины "Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ" по направлению подготовки (специальности) 40.03.01 ЮРИСПРУДЕНЦИЯ направленности (профилю) Уголовно-правовой профиль						стр. 6
2.1	Тема 2. Социально-психологические и психолого-педагогические аспекты здорового образа жизни. 1. Индивидуальное и социальное здоровье. 2. Демографические характеристики современного общества. 3. Этапы формирования здоровья ребенка в семье. 4. Психологические аспекты здорового образа жизни. 5. Учение Г.Селье о стрессе. Стадии и классификация стресса. Его профилактика и коррекция. 6. Формирование мотиваций и установок на здоровый образ жизни. Мотивация и здоровье. Особенности формирования мотиваций и установок на здоровый образ жизни у лиц с ограниченными возможностями здоровья /Лек/	7	2	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: объяснительно-иллюстративный. Оценочное средство: конспект лекции.
2.2	Тема 2. Социально-психологические и психолого-педагогические аспекты здорового образа жизни /Пр/	7	2	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: репродуктивный, частично-поисковый Оценочное средство: доклад.
2.3	Тема 2. Социально-психологические и психолого-педагогические аспекты здорового образа жизни /Ср/	7	4	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: частично-поисковый. Оценочное средство: презентация.
	Раздел 3. Тема 3. Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни. Традиционные и нетрадиционные методы оздоровления.					

Рабочая программа дисциплины "Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ" по направлению подготовки (специальности) 40.03.01 ЮРИСПРУДЕНЦИЯ направленности (профилю) Уголовно-правовой профиль							стр. 7
3.1	Тема 3. Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни. Традиционные и нетрадиционные методы оздоровления. 1. Характеристика соматических и инфекционных заболеваний. Факторы риска. 2. Профилактика болезней как биологическая и социальная проблема. Индивидуальная и общественная профилактика. Первичная и вторичная профилактика. 3. Школьные формы патологии (сколиоз, близорукость, невроты) Причины их формирования. Профилактика. Особенности школьных форм патологии в специализированных (коррекционных) образовательных учреждениях. 4. Традиционные методы оздоровления: бег, ходьба, езда на велосипеде, плавание. 5. Нетрадиционные методы оздоровления: фито-, арома-, сокотерапия, лечение медом и продуктами пчеловодства, иппотерапия, оздоровление водой, минералами /Лек/	7	2	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: объяснительно-иллюстративный. Оценочное средство: конспект лекции.	
3.2	Тема 3. Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни. Традиционные и нетрадиционные методы оздоровления. /Пр/	7	2	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: репродуктивный, частично-поисковый Оценочное средство: дискуссионные вопросы.	
3.3	Тема 3. Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни. Традиционные и нетрадиционные методы оздоровления. /Ср/	7	4	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: частично поисковый Оценочное средство: реферат	
	Раздел 4. Тема 4. Инвалидность как медико-социальная проблема.						
4.1	Тема 4. Инвалидность как медико-социальная проблема. 1. Определение понятий «инвалид», «лицо с ограниченными возможностями здоровья». 2. Медико-психолого- педагогическая характеристика детей с ограниченными возможностями здоровья 3. Виды реабилитации инвалидов. /Лек/	7	2	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: объяснительно-иллюстративный. Оценочное средство: конспект лекции.	
4.2	Тема 4. Инвалидность как медико-социальная проблема. /Пр/	7	2	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: репродуктивный, частично-поисковый Оценочное средство: доклад, презентация	

Рабочая программа дисциплины "Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ" по направлению подготовки (специальности) 40.03.01 ЮРИСПРУДЕНЦИЯ направленности (профилю) Уголовно-правовой профиль							стр. 8
4.3	Тема 4. Инвалидность как медико-социальная проблема. /Ср/	7	4	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: частично-поисковый Оценочное средство: презентация	
	Раздел 5. Тема 5. Оздоровление лиц с различными нарушениями здоровья						
5.1	Тема 5. Оздоровление лиц с различными нарушениями здоровья. 1. Оздоровление лиц с нарушением зрения. 2. Оздоровление лиц с нарушением слуха. 3. Оздоровление лиц с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата различной тяжести. 4. Оздоровление лиц с отклонениями интеллектуального развития. /Лек/	7	4	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: объяснительно-иллюстративный. Оценочное средство: конспект лекции.	
5.2	Тема 5. Оздоровление лиц с различными нарушениями здоровья /Пр/	7	4	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: репродуктивный, частично-поисковый Оценочное средство: доклад.	
5.3	Тема 5. Оздоровление лиц с различными нарушениями здоровья /Ср/	7	8	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: частично-поисковый Оценочное средство: реферат	
	Раздел 6. Тема 6. Особенности работы с родителями детей-инвалидов						
6.1	Тема 6. Особенности работы с родителями детей- инвалидов. 1. Особенности семейного воспитания детей с ограниченными возможностями. 2. Роль матери в семье, воспитывающей ребенка с нарушениями в развитии. /Лек/	7	2	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: объяснительно-иллюстративный. Оценочное средство: конспект лекции.	
6.2	Тема 6. Особенности работы с родителями детей- инвалидов /Пр/	7	2	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: репродуктивный, частично-поисковый Оценочное средство: дискуссионные вопросы.	
6.3	Тема 6. Особенности работы с родителями детей- инвалидов /Ср/	7	4	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: исследовательский Оценочное средство: проверочная письменная работа	
	Раздел 7. Тема 7. Формирование здорового образа жизни у лиц с ограниченными возможностями здоровья						

Рабочая программа дисциплины "Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ" по направлению подготовки (специальности) 40.03.01 ЮРИСПРУДЕНЦИЯ направленности (профилю) Уголовно-правовой профиль							стр. 9
7.1	Тема 7. Формирование здорового образа жизни у лиц с ограниченными возможностями здоровья. 1. Медико-психологическая характеристика детей с нарушением зрения. 2. Медико-психологическая характеристика глухих и слабослышащих детей. 3. Медико-психологическая характеристика детей с детскими церебральными параличами. /Лек/	7	2	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: объяснительно-иллюстративный. Оценочное средство: конспект лекции.	
7.2	Тема 7. Формирование здорового образа жизни у лиц с ограниченными возможностями здоровья /Пр/	7	2	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: репродуктивный, частично-поисковый Оценочное средство: дискуссионные вопросы.	
7.3	Тема 7. Формирование здорового образа жизни у лиц с ограниченными возможностями здоровья /Ср/	7	4	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: частично-поисковый Оценочное средство: презентация	
	Раздел 8. Тема 8. Тактика обучения студентов формированию мотивации и установки на здоровый образ жизни у обучающихся						
8.1	Тема 8. Тактика обучения студентов формированию мотивации и установки на здоровый образ жизни у обучающихся. 1. Методические рекомендации по формированию здорового образа жизни у младших школьников 2. Методические рекомендации по формированию здорового образа жизни у подростков /Лек/	7	2	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: объяснительно-иллюстративный. Оценочное средство: конспект лекции.	
8.2	Тема 8. Тактика обучения студентов формированию мотивации и установки на здоровый образ жизни у обучающихся /Пр/	7	2	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: репродуктивный, частично-поисковый Оценочное средство: доклад, презентация	
8.3	Тема 8. Тактика обучения студентов формированию мотивации и установки на здоровый образ жизни у обучающихся /Ср/	7	4	ОК-9 ПК -2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 Л2.4 Э1 Э2 Э3 Э4	Методы: исследовательский Оценочное средство: проверочная письменная работа	

6 ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

6.1 Перечень видов оценочных средств

Текущий контроль успеваемости по дисциплине регулярно осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, с помощью следующих оценочных средств: конспекты лекций по всем темам курса, доклады, презентации, вопросы дискуссии, проверочная письменная работа.
Зачёт проводится по завершению периода обучения семестра с целью определения степени достижения запланированных результатов обучения по дисциплине за семестр и проводится в форме компьютерного тестирования.

6.2 Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей и рубежной аттестации

1. Конспекты лекций по всем темам курса.

2. Дискуссионные вопросы по теме 1:

- а. Экологические условия
- б. Наследственная предрасположенность
- в. Уровень развития здравоохранения
- г. Оценка физического здоровья
- д. Оценка психического здоровья
- е. Оценка социального здоровья
- ж. Основные составляющие здорового образа жизни
- з. Рациональное питание
- и. Двигательная активность
- к. Режим дня
- л. Рациональная организация труда и отдыха
- м. Отказ от вредных привычек
- н. Личная и коммунальная гигиена

Темы рефератов к теме 1.

- а. Здоровье современного человека как ценность
- б. Отношение к здоровью лиц с ограниченными возможностями здоровья
- в. Понятие "здоровье", его содержание и критерии
- г. Функциональные возможности проявления здоровья человека в различных сферах жизнедеятельности

3. Темы докладов по теме 2:

- а. Социальная ответственность родителей за воспитание детей и за их здоровье.
- б. Особенности взаимоотношения членов семьи, воспитывающих ребенка с ограниченными возможностями здоровья.
- в. Особенности воспитания ребенка родителями с ограниченными возможностями здоровья.
- г. Охрана здоровья ребенка.
- д. Роль школы в формировании здорового образа жизни учащихся.
- е. Сберегающая здоровье организация учебно-воспитательного процесса в учебное и внеучебное время.
- ж. Роль учителя «Основ безопасности жизнедеятельности» в первичной, вторичной и третичной профилактике заболеваний.

Темы презентаций к теме 2.

- а. Понятия «здоровья», «болезнь», «переходное состояние».
- б. Движение — главный фактор здоровья это жизнь
- в. Физическое, психическое и социальное развитие – единое целое в гармонии личности

4. Дискуссионные вопросы по теме 3:

- а. Гигиена учебного процесса, внеклассной и внешкольной работы Гигиенические аспекты компьютеризации учебного процесса.
- б. Оздоровительно-профилактические работы в детских коллективах. Профилактика неинфекционных заболеваний:
- в. Физическая культура и ее оздоровительное значение. Закаливание организма.
- г. Рациональное питание - основа здорового образа жизни.
- д. Вредные привычки – враг здоровью. Табакокурение. Употребление алкоголя.наркотиков Профилактика вредных привычек в общеобразовательных и специальных (коррекционных) образовательных учреждениях.
- е. Профилактика нарушений репродуктивного здоровья у обучающихся.
- ж. Закаливание солнцем, воздухом, водой.
- з. Применение арома- и фитотерпии в домашних условиях
- и. Тактика обучения обучающихся традиционным и нетрадиционным методам оздоровления.

Темы рефератов к теме 3.

- а. Характеристика внешних причин возникновения болезней: физических, химических, биологических и др. Соотношение внутренних и внешних факторов развития патологического процесса.
- б. Алкоголь, курение, анаболики и другие факторы, негативно влияющие на здоровье.
- в. Заболевания и патологические состояния, являющиеся противопоказанием к занятиям спортом.
- г. Реабилитация после заболеваний и травм. Возможности и сроки возобновления занятий физической культурой после перенесенных заболеваний и травм.
- д. Факторы риска развития наиболее опасных заболеваний.

5. Темы презентаций и докладов к теме 4:

- а. Использование различных видов гимнастики в работе с лицами с ограниченными возможностями здоровья.
- б. Гидрореабилитация лиц с ограниченными возможностями здоровья.

- в. Коррекционные подвижные игры для детей с ограниченными возможностями здоровья.
- г. Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями здоровья.
- д. Способы социокультурной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Темы презентаций к теме 4.

- а. Профилактика и коррекция близорукости у школьников
 - б. Профилактика и коррекция невротозов
 - в. Факторы риска развития наиболее опасных заболеваний.
 - г. Профилактика заболеваний сердца
 - д. Профилактика онкологических заболеваний
 - е. Посттравматические стрессовые расстройства
 - ж. Приоритетные направления оздоровления лиц с ограниченными возможностями здоровья.
 - з. Виды реабилитации инвалидов.
6. Темы докладов к теме 5:
- а. Особенности питания лиц с нарушением зрения. Питание при близорукости, катаракте, глаукоме, отслоении сетчатки.
 - б. Специальные упражнения для глазных мышц (глазотренинг).
 - в. Роль режима дня в сохранении и укреплении зрения у обучающихся.
 - г. Анализ видов гимнастик для глаз.
 - д. Особенности питания лиц с нарушением слуха.
 - е. Физическая культура как фактор укрепления здоровья лиц с нарушением слуха.
 - ж. Роль режима дня в сохранении слуха у слабослышащих.
 - з. Анализ методик обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста с нарушением слуха.
 - и. Понятие об абилитации и реабилитации 2. Принципы абилитации детей с детскими церебральными параличами
 - к. Роль подвижных игр в реабилитации детей с ДЦП
 - л. особенности питания детей с нарушением функций опорно-двигательного аппарата.
 - м. Медико-психолого-педагогическая характеристика детей с нарушением интеллектуального развития
 - н. Особенности питания и режима дня лиц с отклонениями интеллектуального развития.
 - о. Коррекционно-развивающие упражнения для лиц с отклонениями интеллектуального развития.

Темы рефератов к теме 5.

- а. Методы определения индивидуально-психологических особенностей личности
- б. Социокультурная реабилитация лиц с ограниченными возможностями здоровья
- в. Туризм как метод реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья
- г. Терапевтическое воздействие чтения книги на лиц с ограниченными возможностями здоровья
- д. Оздоровление лиц с нарушением зрения
- е. Оздоровление лиц с нарушением слуха
- ж. Оздоровление лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата
- з. Оздоровление лиц с отклонениями интеллектуального развития
- и. Способы регуляции образа жизни лиц с ограниченными возможностями здоровья.

7. Дискуссионные вопросы к теме 6:

- а. Особенности семейного воспитания детей с ограниченными возможностями.
- б. Роль матери в семье, воспитывающей ребенка с нарушениями в развитии.
- в. Методы и формы работы с родителями детей с ограниченными возможностями.
- г. Участие семьи в развитии двигательной активности детей с нарушениями в развитии.

Задания к проверочной письменной работе к теме 6.

1) Практические задания:

- а. Составьте рекомендации для родителей по здоровому питанию ребенка.
- б. Вам стало известно, что с 1 сентября в классе, где Вы являетесь классным руководителем, будет учиться слепой ребенок. Какие действия Вам следует предпринять, чтобы избежать жестокого обращения к нему со стороны одноклассников?

2) Проверочные вопросы:

- а. Влияние образа жизни на здоровье
- б. Влияние условий окружающей среды на здоровье
- в. Наследственность и меры здравоохранения. Их влияние на здоровье

8. Дискуссионные вопросы по теме 7:

- а. Особенности питания, режима дня и двигательной активности слепых и слабослышащих детей.
- б. Формирование здорового образа жизни у слепых и слабовидящих детей
- в. Особенности питания, занятий физической культурой, режима дня детей с нарушением слуха.

- г. Особенности формирования здорового образа жизни у слабослышащих и глухих детей.
- д. Формирование здорового образа жизни у детей с детскими церебральными параличами.

Темы презентаций к теме 7.

- а. Рациональное питание: мифы и реальность.
- б. Профилактика и коррекция стресса.
- в. Рациональный досуг — залог здоровья
- г. Использование различных видов гимнастики в работе с лицами с ограниченными возможностями здоровья.
- д. Гидрореабилитация лиц с ограниченными возможностями здоровья.
- е. Коррекционные подвижные игры для детей с ограниченными возможностями здоровья.
- ж. Туризм как метод реабилитации и оздоровления лиц с ограниченными возможностями здоровья.
- з. Способы социокультурной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья.

9. Темы презентаций и докладов к теме 8:

- а. Анализ существующих подходов к формированию здорового образа жизни у детей и подростков
- б. Инновационные технологии в формировании здорового образа жизни у обучающихся
- в. Методические рекомендации по формированию здорового образа жизни у младших школьников
- г. Методические рекомендации по формированию здорового образа жизни у подростков.

Задания к проверочной письменной работе к теме 8.

1) Практические задания:

- а. Составьте план самоподготовки перед классным часом по теме «Движение – это жизнь».
- б. Назовите художественные произведения, которые можно использовать в работе по развитию навыков личной гигиены у детей младшего школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья.
- в. Составьте примерный план беседы с подростками по профилактике вредных привычек. Укажите, на материале каких художественных произведений ее можно провести.

2) Проверочные вопросы:

- а. Методы определения индивидуально-психологических особенностей личности
- б. Влияние культурного развития личности на отношение к самому себе
- в. Направленность поведения человека на обеспечение своего здоровья

6.3 Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

Тестовые вопросы к зачёту для компьютерного тестирования.

1. Оздоровительные технологии — это метод воздействия на человека с целью проведения эффективных мероприятий, направленных на:
 - а) Формирование, сохранение и укрепление здоровья
 - б) формирования здоровья
 - в) формирования и сохранения здоровья
 - г) улучшение здоровья
2. Оздоровительные технологии — это метод воздействия оздоровительных мероприятий на человека:
 - а) В духовном, физическом, психическом аспектах
 - б) в духовном аспекте
 - в) в психическом аспекте
 - г) в физическом аспекте
3. Третье состояние человека находится:
 - а) Между здоровьем и болезнью
 - б) после болезни
 - в) перед болезнью
 - г) человек всегда находится в третьем состоянии
4. При составлении индивидуальной программы учитывают влияние только:
 - а) На физический, психический, духовный аспекты
 - б) на физический аспект здоровья
 - в) на духовный аспект здоровья
 - г) на психический аспект здоровья
5. Выполнение индивидуальной программы должно быть:
 - а) Систематическим
 - б) несистематическим
 - в) при хорошем настроении
 - г) при хорошем самочувствии
6. Как влияют физические упражнения на настроение?
 - а) Улучшается
 - б) ухудшается
 - в) никак не влияет
 - г) подавляет

7. Запрещено снижать вес за счет:
- a) Снижение количества выпиваемой воды
 - b) преобладание сложных углеводов в пище
 - c) уменьшение калорийности блюд
 - d) уменьшение количества соли в блюдах
8. При правильном питании нужно есть?
- a) Не менее 3 раз в день
 - b) 2 раза в день
 - c) 1 раз в день,
 - d) когда захочется
9. Здоровое питание лучше сочетать при составлении индивидуальной программы по:
- a) С тонизирующей двигательной активностью и полноценным сном
 - b) тонизирующей двигательной активностью
 - c) с полноценным сном
 - d) ни с чем не сочетать
10. Цель посещения бани:
- a) Снять психическое и физическое напряжение, улучшить работу организма
 - b) пообщаться с друзьями
 - c) повысить духовный уровень развития
 - d) поднять настроение
11. Моржевание можно закаляться?
- a) Только практически здоровым людям
 - b) всем можно
 - c) людям с острым заболеванием
 - d) людям с хроническими заболеваниями
12. Моржевание проводится зимой:
- a) 2-4 раза в неделю
 - b) 5 раз в неделю
 - c) каждый день
 - d) 6 раз в неделю
13. Дыхательная гимнастика способствует:
- a) Всестороннему развитию дыхательного аппарата
 - b) развития верхней части дыхательных путей
 - c) развития средней части дыхательных путей
 - d) развития нижней части дыхательных путей
14. Начинать голодание нужно:
- a) С 24 часового еженедельного обычного голодания
 - b) с 3 дневного еженедельного обычного голодания
 - c) с 7 дневного еженедельного обычного голодания
 - d) с 5 дневного еженедельного обычного голодания
15. Массажные движения при самомассаже должны быть:
- a) Безболезненными
 - b) болезненными
 - c) неприятными
 - d) медленными
16. Терапия Тайм-лайм или терапия линий времени активно применяется при:
- a) При реабилитации алкогольнозависимых людей
 - b) при реабилитации людей с повышенным давлением
 - c) при реабилитации людей с депрессией
 - d) для оздоровления показана всем
17. Терапия тайм-лайм полезна:
- a) Для переоценки прошлого и для планирования достижений в будущем
 - b) для осмысления своего существования в настоящем
 - c) для выработки чувствительности человека
 - d) для осознания своей проблемы
18. Релаксация — это:
- a) Глубокое мышечное расслабление, которое сопровождается снятием психического напряжения
 - b) мышечное расслабление, которое сопровождается психическим напряжением
 - c) мышечное напряжение сопровождается снятием психического напряжения
 - d) мышечное напряжение, сопровождающееся психическим напряжением.
19. Аутогенная тренировка:
- a) Метод самовнушения
 - b) метод применения дыхательных упражнений
 - c) метод применяемый физические упражнения статистического характера

- d) метод введения человека в лечебный сон
20. Добавлять в пищу перепелиные яйца можно:
- a) Всем
 - b) только людям склонных к аллергиям
 - c) только людям с заболеванием желудка
 - d) только людям с ослабленным иммунитетом
21. Продукты пчеловодства могут вызвать у некоторых людей:
- a) Аллергическую реакцию
 - b) тошноту
 - c) рвоту
 - d) диарею
22. Эфирномаслянистыми растениями называют:
- a) Растения содержащие эфирные масла
 - b) все растения
 - c) ядовитые растения
 - d) редкие растения
23. Профилактор Евминова служит для:
- a) Лечения и профилактики заболеваний позвоночника
 - b) лечения нервов
 - c) лечения гипертонической болезни
 - d) лечения инсульта
24. Серебро положено в воду:
- a) Уничтожает микробы
 - b) уничтожает вкусовые качества
 - c) не влияет на качество воды
 - d) заряжает воду
25. Распад биоритмической системы пожилых людей считается одним из признаков:
- a) Старения
 - b) болезни
 - c) усталости
 - d) депрессии
26. Методика Г.Н Сытина направлена на:
- a) Оздоровление, омоложение организма человека
 - b) на выздоровление
 - c) профилактику заболеваний
 - d) омоложения организма
27. Настроения в методике Г.Н. Сытина делятся на:
- a) Воспитательные, оздоровительные, омолаживающие
 - b) воспитательные, оздоровительные
 - c) оздоровительные, омолаживающие
 - d) вспомогательные, оздоровительные
28. Методика Г.Н. Сытина не только лечит, но и:
- a) Воспитывает и всесторонне развивает человека
 - b) воспитывает человека
 - c) только оздоравливает человека
 - d) всесторонне развивает человека
29. Медитация — это:
- a) Успокоение ума, для уменьшения тревоги и напряжения
 - b) транс
 - c) гипнотическое состояние
 - d) аутогенная тренировка
30. Интеллектуальное самовоспитания повышает:
- a) Уровень мышления, речи
 - b) культуру поведения
 - c) навыки управления эмоциями
 - d) этическое поведение
31. Дайте определение «здоровье» в уставе Всемирной организации здравоохранения:
- a) Состояние полного физического, душевного и социального благополучия.
 - b) Способность организма к выполнению профессиональных функций.
 - c) Отсутствие болезни.
32. С какой целью планируют режим дня:
- a) с целью поддержания высокого уровня работоспособности организма
 - b) с целью четкой организации текущих дел, их выполнение в установленные сроки
 - c) с целью высвобождения времени на отдых и снятие нервных напряжений

33. Что такое закаливание:
- a) переохлаждение или перегрев организма
 - b) выполнение утренней гигиенической гимнастики
 - c) повышенная устойчивость организма к неблагоприятным внешним воздействиям
34. Утренняя гимнастика – это:
- a) важный элемент двигательного режима, где сосредоточен комплекс физических упражнений
 - b) один из методов похудения
 - c) метод быстрого просыпания
35. Сколько времени в день можно смотреть телевизор, школьнику:
- a) 5 часов
 - b) 6 часов
 - c) 1 час
36. Главная опора человека при движении:
- a) внутренние органы
 - b) скелет
 - c) мышцы
37. Наиболее важным слагаемым здорового образа жизни является:
- a) рациональное питание
 - b) личная и общественная гигиена
 - c) двигательный режим
38. Что не относится к здоровому образу жизни:
- a) продолжительный отдых
 - b) правильное питание
 - c) физические нагрузки
39. Какой фактор не оказывает влияние на здоровье человека:
- a) наследственность
 - b) экологическая обстановка
 - c) уровень развития науки
40. Какие продукты не должны присутствовать в рационе здорового человека:
- a) кисломолочные продукты
 - b) фаст фуд
 - c) овощи и фрукты
41. Что должен сделать человек, хорошенько потрудившись:
- a) отдохнуть
 - b) заняться домашними делами
 - c) выполнить комплекс упражнений
42. Что не относится к вредным привычкам:
- a) курение
 - b) просмотр мультфильмов
 - c) алкоголь
43. Выбери, что не относится к алкоголю:
- a) лимонад
 - b) вино
 - c) пиво
44. Найди неверное высказывание:
- a) надо сочетать труд и отдых
 - b) надо чистить обувь и одежду
 - c) малоподвижный образ жизни полезен
45. Подумай, к чему приводят вредные привычки:
- a) к замедлению роста организма
 - b) к уважению окружающих
 - c) к интересному проведению времени
46. Здоровый образ жизни – это:
- a) лечебно-оздоровительный комплекс мероприятий
 - b) индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
 - c) перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья
47. Образование раковых опухолей у курильщиков вызывает:
- a) цианистый водород
 - b) эфирные масла
 - c) радиоактивные вещества
48. Что такое режим дня:
- a) порядок выполнения повседневных дел
 - b) установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, сон, питание и отдых
 - c) перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения

49. Что такое рациональное питание:
- питание, распределенное по времени принятия пищи
 - питание набором определенных продуктов
 - питание с учетом потребностей организма
50. Назовите питательные вещества имеющие энергетическую ценность:
- вода, белки, жиры и углеводы
 - белки, жиры, углеводы
 - белки, жиры, углеводы, минеральные соли
51. Что такое витамины:
- Органические химические соединения,необходимые для синтеза белков-ферментов.
 - Органические химические соединения,являющиеся ферментами.
 - Неорганические химические соединения,необходимые для работы организма.
52. Что такое двигательная активность:
- занятие физической культурой и спортом
 - любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие
 - выполнение каких-либо движений в повседневной деятельности
53. Что такое личная гигиена:
- перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний
 - выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний
 - совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья
54. Основные двигательные качества:
- умение играть в спортивные игры, бегать и выполнять гимнастические упражнения
 - гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества +
 - состояние мышц, выражающая их готовность к выполнению движений
55. Одним из важнейших направлений профилактики, является:
- охрана окружающей среды
 - экологическая безопасность
 - ЗОЖ
56. ЗОЖ включает:
- охрану окружающей среды
 - улучшение условий труда
 - оба варианта верны
 - нет верного ответа
57. Принципы способствующие сохранению и укреплению здоровья:
- научность
 - объективность
 - оба варианта верны
 - нет верного ответа
58. Устным методом пропаганды ЗОЖ является:
- повседневное общение с окружающими
 - аудиозаписи
 - лекция
59. Какие из перечисленных факторов оказывают наибольшее влияние на индивидуальное здоровье человека:
- индивидуальный образ жизни
 - служба здоровья
 - окружающая среда
60. Для развития мышечной выносливости следует выполнять:
- упражнения на тренажерах
 - упражнения с преодолением веса собственного тела
 - упражнения на растягивание мышц

6.4 Критерии оценивания

Критерии оценивания комплексной работы студента

«Отлично»

- полное раскрытие темы;
- указание точных названий и определений;
- правильная формулировка понятий и категорий;
- приведение формул и соответствующей статистики и др.

«Хорошо»

- недостаточно полное, по мнению преподавателя, раскрытие темы;
- несущественные ошибки в определении понятий и категорий, формулах, статистических данных и т.п., кардинально не меняющих суть изложения;
- наличие грамматических и стилистических ошибок и др.

«Удовлетворительно»

- 1) отражение лишь общего направления изложения лекционного материала;
- 2) наличие достаточного количества несущественных или одной-двух существенных ошибок в определении понятий и категорий, формулах, статистических данных и т.п.;
- 3) наличие грамматических и стилистических ошибок и др.

«Неудовлетворительно»

- 1) нераскрытые темы;
- 2) большое количество существенных ошибок;
- 3) наличие грамматических и стилистических ошибок и др.

Критерии оценивания участия студента в активных формах обучения участие в семинарах, выступление вс докладом, решение задач)

«Отлично»

- 1) полное раскрытие вопроса;
- 2) указание точных названий и определений;
- 3) правильная формулировка понятий и категорий;
- 4) самостоятельность ответа, умение вводить и использовать собственные классификации и квалификации, анализировать и делать собственные выводы по рассматриваемой теме;
- 5) использование дополнительной литературы и иных материалов и др.

«Хорошо»

- 1) недостаточно полное, по мнению преподавателя, раскрытие темы;
- 2) несущественные ошибки в определении понятий, категорий и т.п., кардинально не меняющих суть изложения;
- 3) использование устаревшей учебной литературы и других источников

«Удовлетворительно»

- 1) отражение лишь общего направления изложения лекционного материала и материала современных учебников;
- 2) наличие достаточного количества несущественных или одной-двух существенных ошибок в определении понятий и категорий и т. п.;
- 3) использование устаревшей учебной литературы и других источников;
- 4) неспособность осветить проблематику учебной дисциплины и др.

«Неудовлетворительно»

- 1) нераскрытые темы;
- 2) большое количество существенных ошибок;
- 3) отсутствие умений и навыков, обозначенных выше в качестве критериев выставления положительных оценок др.

Критерии оценивания письменного задания (реферат)

«Отлично»

- 1) Содержание ответа в целом соответствует теме задания. В ответе отражены все дидактические единицы, предусмотренные заданием. Продемонстрировано знание фактического материала, отсутствуют фактические ошибки.
- 2) Продемонстрировано уверенное владение понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины (уместность употребления, аббревиатуры, толкование и т.д.), отсутствуют ошибки в употреблении терминов. Показано умелое использование категорий и терминов дисциплины в их ассоциативной взаимосвязи. Продемонстрировано умение аргументировано излагать собственную точку зрения. Видно уверенное владение освоенным материалом, изложение сопровождается адекватными иллюстрациями (примерами) из практики.
- 3) Ответ четко структурирован и выстроен в заданной логике. Части ответа логически взаимосвязаны. Отражена логическая структура проблемы (задания): постановка проблемы – аргументация – выводы. Объем ответа укладывается в заданные рамки при сохранении смысла.
- 4) Высокая степень самостоятельности, оригинальность в представлении материала: стилистические обороты, манера изложения, словарный запас. Отсутствуют стилистические и орфографические ошибки в тексте. Работа выполнена аккуратно, без помарок и исправлений

«Хорошо»

- 1) Содержание ответа в целом соответствует теме задания. Продемонстрировано знание фактического материала, встречаются несущественные фактические ошибки.
- 2) Продемонстрировано владение понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины (уместность употребления, аббревиатуры, толкование и т.д.), отсутствуют ошибки в употреблении терминов. Показано умелое использование категорий и терминов дисциплины в их ассоциативной взаимосвязи. Продемонстрировано умение аргументированно излагать собственную точку зрения. Изложение отчасти сопровождается адекватными иллюстрациями (примерами) из практики.
- 3) Ответ в достаточной степени структурирован и выстроен в заданной логике без нарушений общего смысла.

Части ответа логически взаимосвязаны. Отражена логическая структура проблемы (задания): постановка проблемы – аргументация – выводы. Объем ответа незначительно превышает заданные рамки при сохранении смысла.

4) Достаточная степень самостоятельности, оригинальность в представлении материала. Встречаются мелкие и не искажающие смысла ошибки в стилистике, стилистические штампы. Есть 1–2 орфографические ошибки. Работа выполнена аккуратно, без помарок и исправлений

«Удовлетворительно»

1) Содержание ответа в целом соответствует теме задания. Продемонстрировано удовлетворительное знание фактического материала, есть фактические ошибки (25–30%).

2) Продемонстрировано достаточное владение понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины, есть ошибки в употреблении и трактовке терминов, расшифровке аббревиатур. Ошибки в использовании категорий и терминов дисциплины в их ассоциативной взаимосвязи. Нет собственной точки зрения либо она слабо аргументирована. Примеры, приведенные в ответе в качестве практических иллюстраций, в малой степени соответствуют изложенным теоретическим аспектам.

3) Ответ плохо структурирован, нарушена заданная логика. Части ответа разорваны логически, нет связей между ними. Ошибки в представлении логической структуры проблемы (задания): постановка проблемы – аргументация – выводы. Объем ответа в существенной степени (на 25–30%) отклоняется от заданных рамок.

4) Текст ответа примерно наполовину представляет собой стандартные обороты и фразы из учебника/лекций. Обилие ошибок в стилистике, много стилистических штампов. Есть 3–5 орфографических ошибок. Работа выполнена не очень аккуратно, встречаются помарки и исправления

«Неудовлетворительно»

1) Содержание ответа не соответствует теме задания или соответствует ему в очень малой степени. Продемонстрировано крайне низкое (отрывочное) знание фактического материала, много фактических ошибок – практически все факты (данные) либо искажены, либо неверны.

2) Продемонстрировано крайне слабое владение понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины (неуместность употребления, неверные аббревиатуры, искаженное толкование и т.д.), присутствуют многочисленные ошибки в употреблении терминов. Показаны неверные ассоциативные взаимосвязи категорий и терминов дисциплины. Отсутствует аргументация изложенной точки зрения, нет собственной позиции. Отсутствуют примеры из практики либо они неадекватны.

3) Ответ представляет собой сплошной текст без структурирования, нарушена заданная логика. Части ответа не взаимосвязаны логически. Нарушена логическая структура проблемы (задания): постановка проблемы – аргументация – выводы. Объем ответа более чем в 2 раза меньше или превышает заданный.

4) Текст ответа представляет полную кальку текста учебника/лекций. Стилистические ошибки приводят к существенному искажению смысла. Большое число орфографических ошибок в тексте (более 10 на страницу). Работа выполнена неаккуратно, с обилием помарок и исправлений

7 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1 Рекомендуемая литература

7.1.1 Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л1.1	Пискунов В. А., Максиняева М. Р., Тупицына Л. П., и др.	Здоровый образ жизни: учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363869)	Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2021	ЭБС
Л1.2	Яшин В. Н.	ОБЖ: Здоровый образ жизни: учеб.пособие (https://e.lanbook.com/book/108272)	Москва: ФЛИНТА, 2022	ЭБС

7.1.2 Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л2.1	Керимов Р. Д., Федянина Л. И.	Медицина. Здоровый образ жизни: учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232328)	Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2020	ЭБС

Рабочая программа дисциплины "Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ" по направлению подготовки (специальности) 40.03.01 ЮРИСПРУДЕНЦИЯ направленности (профилю) Уголовно-правовой профиль				стр. 19
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л2.2	Чуприна Е. В., Закирова М. Н.	Здоровый образ жизни как один из аспектов безопасности жизнедеятельности: учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256099)	Самара: Самарский государственный архитектурно-строительный университет, 2021	ЭБС
Л2.3	Пискунов В. А., Максиняева М. Р., Тупицына Л. П., Егорова Т. И., Айриян Э. В.	Здоровый образ жизни: учебное пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=437339)	Москва: Прометей, 2021	ЭБС
Л2.4	Харевич Т. В., Пиунова Н. А., Якименко П. М.	Здоровый образ жизни: рациональное питание: методические рекомендации: методическое пособие (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=486007)	Минск: РИПО, 2020	ЭБС
7.2 Перечень информационных технологий				
7.2.1 Лицензионное программное обеспечение				
<p>1. Операционная система Microsoft Windows XP Professional OEM Software (Сертификат подлинности (COA) наклеен на ключ ПК)</p> <p>2. Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN License (Лицензия № 42627774 от 24.08.2007 срок действия - бессрочно)</p> <p>3. Антивирусное программное обеспечение "Kaspersky End point Security Educational Licens" - Лицензия № 2FA8-211103-050939-320-2280 до 19.11.2022</p> <p>4. Операционная система Microsoft Windows 7 PRO CIS and GE OEM Software (Сертификат подлинности (COA) наклеен на корпус ПК)</p> <p>5. Пакет прикладных программ «Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian Academic OLP License» (Лицензия № 64075202 от 12.09.2014 срок действия - бессрочно).</p> <p>6. Программное обеспечение «Визуальная студия тестирования» (Договор №4270 от 01.07.2017, срок действия - бессрочно).</p> <p>7. Пакет прикладных программ «Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian Academic OLP License» (Лицензия № 62650104 от 08.11.2013, срок действия - бессрочно).</p> <p>8. Программа ЭВМ «Среда электронного обучения ЗКЛ «Русский Moodle»» для организации дистанционного обучения (Неисключительное право на использование ПО, Договор №1166.6 от 27.01.2022 до 07.02.2023).</p> <p>9. Kaspersky Endpoint Security Educational License (Лицензия №2FA8-221114-061421-236-1377 с 18.11.2022 до 20.11.2023)</p> <p>10. Пакет прикладных программ Microsoft Office. Microsoft® Office Standard Single Language License & Software Assurance Open Value No Level 3 Years Acquired Year 1 Academic AP (Лицензионное соглашение V7664610 от 14.11.2022 до 30.11.2025) - в аудиториях, где установленный стационарный ноутбук - №№109, 110, 209, 408, 416, 509, 515, 516</p> <p>11. Программа ЭВМ «Среда электронного обучения ЗКЛ» (Договор № 1166.7 от 01.02.2023 до 08.02.2024 г.)</p>				
7.2.2 Современные профессиональные базы данных, информационно-справочные системы и электронные библиотечные системы				
1. http://www.lib.csu.ru/ ЭБС Университетская библиотека онлайн				
2. http://moodle.csukf.kz/mod/url/view.php?id=4776 ЭБС Юрайт				
3. http://moodle.csukf.kz/mod/url/view.php?id=4777 ЭБС Лань				
4. https://www.elibrary.ru/defaultx.asp ЭБС eLIBRARY				
5. https://internet.garant.ru/ ЭБС Гарант				
6. https://openu.kz/ru Открытый университет Казахстана база данных, в которой содержится большой объем видеолекций ведущих учёных философов и культурологов по философии и религиоведению.				
8 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)				
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий практического (семинарского) типа, выполнения курсовых работ, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, также помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду филиала.				
Учебная аудитория № 209 для лекционных занятий, промежуточной и рубежной аттестации оборудована: рабочее место преподавателя -1, доска поворотная магнитно-меловая -1, ученические стулья -78, ученические парты -39, трибуна для выступления -1, ноутбук -1, мультимедийный проектор Epson -1, проекционный экран (моторизованный) -1, усилитель звука -1, акустическая система -1, наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: слайд-презентации по темам дисциплины – 3.				

Рабочая программа дисциплины "Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ" по направлению подготовки (специальности) 40.03.01 ЮРИСПРУДЕНЦИЯ направленности (профилю) Уголовно-правовой профиль	стр. 20
Учебная аудитория № 214 для практических, семинарских занятий, текущего контроля, групповых и индивидуальных консультаций оборудована: рабочее место преподавателя - 1, доска магнитно-меловая -1, учебная мебель, трибуна для выступления -1, интерактивная доска Unifi 35 Smart -1, наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: тематические стенды – 24.	
Учебная аудитория для самостоятельной работы, выполнения курсовых работ № 508 оборудована: рабочее место преподавателя - 1, доска маркерная - 1, ученический стул - 20, ученический стол - 20, компьютер в комплекте (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, ИБП) - 10, мультимедийный проектор Epson -1, экран для проектора (моторизованный) -1, активная акустическая система Microlab -1, набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий (тематические стенды) – 4.	
Учебная аудитория для самостоятельной работы, выполнения курсовых работ № 108 оборудована: рабочее место преподавателя - 1, доска маркерная - 1, ученический стул - 20, ученический стол - 20, компьютер в комплекте (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, ИБП) - 10.	
Библиотека (читальный зал)	
Количество посадочных мест – 100, из них 10 посадочных мест оснащены компьютерами.	
Библиотека оборудована: картотека, полки, стеллажи, учебная мебель, круглый стол, компьютеры (10) в комплекте (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, ИБП), телевизор, мониторы (для круглого стола), книги электронные PocketBook614, оснащенные доступом к информационным ресурсам в сети «Интернет», электронной информационной образовательной среде филиала.	
Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий: шкаф-стеллаж – 2, выставка – 2, выставка-витрина – 2, стенд – 2, стеллаж демонстрационный – 1, тематические полки – 6.	
Специальное помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования № 309 оборудовано: стол для профилактики учебного оборудования -1, стул -1, стеллаж для запасных частей компьютеров и офисной техники -1, воздушный компрессор -1, паяльная станция -1, пылесос -1, стенд для тестирования компьютерных комплектующих -1.	
Специальное помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования № 316 оборудовано: стол для профилактики учебного оборудования -1, стул -1, шкаф для хранения учебного оборудования -1; ассортимент отверток, кисточек, мини-мультиметр -1, дополнительные USB Flash накопители, сумка для CD/DVD дисков -1.	

9 МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Студентам необходимо ознакомиться: с содержанием рабочей программы дисциплины, с целями и задачами дисциплины, ее связями с другими дисциплинами образовательной программы, методическими разработками по данной дисциплине, имеющимися на официальном сайте филиала, с графиком консультаций преподавателя.

Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям.

Лекционные занятия (теоретический курс)

Рекомендации:

- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции. При затруднениях в восприятии материала надо обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, обратитесь к лектору по графику его консультаций или на практических занятиях;
- хотя бы бегло ознакомьтесь с содержанием очередной лекции по основным источникам литературы в соответствии с рабочей программой дисциплины;
- обратит особое внимание на физическую сущность и графическое сопровождение основных рассматриваемых теоретических положений.

Практические занятия

Рекомендации:

- на занятия носить рекомендованную лектором литературу;
- до очередного практического занятия по конспекту (или литературе) проработать теоретический материал, соответствующий теме занятия;
- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при изучении вопросов, заданных для самостоятельного ознакомления;
- иметь при себе конспект лекций;
- иметь подготовленный конспект вопросов семинарского занятия;
- Излагать материал чётко, кратко, логически аргументировано;
- решение задачи всегда начинать с выражения, позволяющего получить конечный результат, а затем находить необходимые компоненты для его получения;

- на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, в случае затруднений обращаться к преподавателю;
- обязательно дополнять решение требуемым в задачах графическим сопровождением;

Самостоятельная работа студентов

Рекомендации:

- руководствоваться графиком самостоятельной работы и методическими указаниями для студентов по СРС;
- выполнять в срок все плановые задания, выдаваемые преподавателем для самостоятельного выполнения, и разбирать на консультациях неясные вопросы;
- при подготовке к промежуточной аттестации параллельно прорабатывать соответствующие теоретические и практические разделы курса, все неясные моменты фиксировать и выносить на плановую консультацию.

РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу дисциплины «Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ», разработанную Лаврецкой И.А., доцентом кафедры социально-гуманитарных и естественнонаучных дисциплин Костанайского филиала ФГБОУ ВО «Челябинский государственный университет», реализуемую в соответствии с требованиями ФГОС ВО по основной профессиональной образовательной программы высшего образования «Уголовно-правовой профиль» направления подготовки 40.03.01 Юриспруденция.

Рабочая программа дисциплины «Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ» предназначена для реализации государственных требований к уровню подготовки бакалавров, установленных Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ, Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденного приказом Минобрнауки России от 05 апреля 2017 г. №301 и федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция, утвержденного приказом Минобрнауки России от 1.12.2016 г. №1511.

Структура рабочей программы дисциплины «Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ», представленной на рецензирование, соответствует требованиям к разработке рабочих программ и содержит следующие элементы: титульный лист, характеристика и назначение дисциплины, место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы, перечень планируемых результатов обучения по дисциплине; объем дисциплины в зачетных единицах с указанием академических часов, выделенных на контактную и самостоятельную работу со студентом; тематический план и содержание дисциплины; перечень основной и дополнительной литературы, ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», информационных технологий, программных средств, используемых в учебном процессе; фонд оценочных средств; методические указания обучающимся по освоению дисциплины; материально-техническая база, необходимая для осуществления учебных занятий по дисциплине, в том числе набор демонстрационного оборудования и материалов для проведения лекционных и практических занятий. Все рабочие программы дисциплин ориентированы на инклюзивное обучение студентов.

Программа сформирована последовательно, логически верно, что позволяет обеспечить необходимый уровень усвоения общекультурных (общепрофессиональных) и профессиональных компетенций. Автором программы указаны различные формы учебной работы (лекции, практические занятия), а также виды самостоятельной работы студентов с расчетом часов и рейтинга по каждому виду учебной деятельности. Помимо традиционных методов проведения занятий, предусмотрено использование активных методов обучения.

Учитывая вышеизложенное, рабочая программа дисциплины «Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ» может быть использована для методического обеспечения учебного процесса в рамках основной профессиональной образовательной программы высшего образования «Уголовно-правовой профиль» по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция.

Рецензент, кандидат биологических наук
доцент кафедры естественных наук
КСТУ имени академика З.Алдамжар
М.П.



О.Р. Белан



**Лист регистрации дополнений и изменений
в рабочей программе дисциплины (модуля)**

Основы здорового образа жизни лиц с ОВЗ

по направлению подготовки 40.03.01 Юриспруденция

основной профессиональной образовательной программы высшего образования Уголовно-правовой профиль
на 2023 / 2024 учебный год

№ п/п	Номер и название раздела РПД	Краткая характеристика вносимых дополнений / изменений в РПД	Дата и номер протокола заседания кафедры	Дата и номер протокола заседания Учебно- методического совета	Дата и номер протокола заседания учёного совета филиала
1	Раздел 7.1 Рекомендуемая литература	Актуализированы источники основной и дополнительной литературы	16.05.2023, протокол № 10	18.05.2023 г., протокол № 9	25.05.2023 г., протокол № 10
2	Раздел 7.2 Перечень информационных технологий	Актуализированы даты лицензионного программного обеспечения	16.05.2023, протокол № 10	18.05.2023 г., протокол № 9	25.05.2023 г., протокол № 10