

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: КУЗНЕЦОВ АЛЕКСАНДР ИГОРЕВИЧ  
Должность: РЕКТОР  
Дата подписания: 29.01.2026 09:08:09  
Уникальный программный ключ:  
0ec0d544ced914f6d2e031d381fc0ed0880d90a0



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
*(ФГБОУ ВО «ЮУГУ»)*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Шифр	Наименование дисциплины (модуля)
Б1.О	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>

Код направления подготовки	44.03.02
Направление подготовки	Психолого-педагогическое образование
Наименование (я) ОПОП (направленность / профиль)	Психология образования
Уровень образования	бакалавр
Форма обучения	заочная

Разработчики:

Должность	Учёная степень, звание	Подпись	ФИО
Доцент	кандидат педагогических наук, доцент		Орехова Ирина Леонидовна

Рабочая программа рассмотрена и одобрена (обновлена) на заседании кафедры (структурного подразделения)

Кафедра	Заведующий кафедрой	Номер протокола	Дата протокола	Подпись
кафедра безопасности жизнедеятельности и медицинско-биологических дисциплин	Тюмасева Зоя Ивановна	3	13.11.2025	

## ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка .....	3
2. Трудоемкость дисциплины (модуля) и видов занятий по дисциплине (модулю) .....	5
3. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий .....	6
4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины .....	10
5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) .....	11
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины .....	18
7. Перечень образовательных технологий .....	20
8. Описание материально-технической базы .....	21

# 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Дисциплина «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» относится к модулю обязательной части Блока 1 «Дисциплины/модули» основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование» (уровень образования бакалавр). Дисциплина является обязательной к изучению.

1.2 Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 час.

1.3 Изучение дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» основано на знаниях, умениях и навыках, полученных при изучении обучающимися дисциплин образовательной программы общего среднего образования.

1.4 Дисциплина «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» формирует знания, умения и компетенции, необходимые для освоения следующих дисциплин: «Безопасность жизнедеятельности», «Здоровья и безопасности жизнедеятельности», для проведения следующих практик: «производственная практика (педагогическая)».

1.5 Цель изучения дисциплины:

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

1.6 Задачи дисциплины:

1) формирование системы знаний о взаимосвязях здоровья человека с состоянием социальной и природной средами;

2) овладение знаниями, умениями и навыками по охране и укреплению собственного здоровья, а также охране жизни и здоровья обучающихся и воспитанников;

3) овладение навыками оказания необходимой доврачебной помощи.

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

№ п/п	Код и наименование компетенции по ФГОС
Код и наименование индикатора достижения компетенции	
1	ОПК-8 способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний ОПК.8.1 Знать историю, теорию, закономерности и принципы построения научного знания для осуществления педагогической деятельности. ОПК.8.2 Уметь проектировать и осуществлять педагогическую деятельность с опорой на специальные научные знания. ОПК.8.3 Владеть технологиями осуществления педагогической деятельности на основе научных знаний.
2	УК-6 способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни УК.6.1 Знает основные приемы эффективного управления собственным временем; основные методы и приемы самоконтроля, саморазвития и самообразования в течение всей жизни. УК.6.2 Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; оценивать личностные, временные, физиологические ресурсы в процессе проектирования траектории саморазвития и самообразования; использовать методы саморегуляции и самообучения. УК.6.3 Владеет способами осуществления деятельности по самоорганизации и саморазвитию (в том числе здоровьесбережению) в соответствии с личностными и профессиональными приоритетами.
3	УК-8 способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов УК.8.1 Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от чрезвычайных ситуаций; принципы организации безопасности труда. УК.8.2 Умеет создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; выявлять факторы, приводящие к возникновению опасных ситуаций; предотвращать возникновение опасных ситуаций, в том числе базируясь на основах медицинских знаний и умениях по оказанию первой доврачебной помощи. УК.8.3 Владеет навыками оценки факторов риска, создания комфортной и безопасной образовательной среды, формирования культуры безопасного и ответственного поведения

№ п/п	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Образовательные результаты по дисциплине
----------	---	--

	1 ОПК.8.1 Знать историю, теорию, закономерности и принципы построения научного знания для осуществления педагогической деятельности.	3.1 Знать основные концепции здоровья, принципы здорового образа жизни для осуществления педагогической деятельности.
2	ОПК.8.2 Уметь проектировать и осуществлять педагогическую деятельность с опорой на специальные научные знания.	У.1 Уметь проектировать и осуществлять педагогическую деятельность по охране здоровья обучающихся и воспитанников с учетом возрастных особенностей организма
3	ОПК.8.3 Владеть технологиями осуществления педагогической деятельности на основе научных знаний.	В.1 Владеть основными понятиями и концепциями формирования здоровья и ЗОЖ; методами и способами профилактики соматических и инфекционных заболеваний, методами и средствами оздоровления обучающихся и воспитанников
1	УК.6.1 Знает основные приемы эффективного управления собственным временем; основные методы и приемы самоконтроля, саморазвития и самообразования в течение всей жизни.	3.2 Знает эффективные методы, приемы и средства управления здоровьем, его сохранения и оздоровления.
2	УК.6.2 Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; оценивать личностные, временные, физиологические ресурсы в процессе проектирования траектории саморазвития и самообразования; использовать методы саморегуляции и самообучения.	У.3 Умеет оценивать резервы здоровья , использовать методы и средства оздоровления.
3	УК.6.3 Владеет способами осуществления деятельности по самоорганизации и саморазвитию (в том числе здоровьесбережению) в соответствии с личностными и профессиональными приоритетами.	В.3 Владеет способами осуществления оздоровительной деятельности в соответствии с возрастными и личностными особенностями.
1	УК.8.1 Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения; причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от чрезвычайных ситуаций; принципы организации безопасности труда.	3.3 Знает источники опасности для здоровья обучающихся и воспитанников.
2	УК.8.2 Умеет создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; выявлять факторы, приводящие к возникновению опасных ситуаций; предотвращать возникновение опасных ситуаций, в том числе базируясь на основах медицинских знаний и умениях по оказанию первой доврачебной помощи.	У.2 Умеет организовывать образовательный процесс с учетом принципов гигиены всех функциональных систем организма и основных санитарно-гигиенических требований
3	УК.8.3 Владеет навыками оценки факторов риска, создания комфортной и безопасной образовательной среды, формирования культуры безопасного и ответственного поведения	В.2 Владеет способами организации здоровьесберегающей образовательной среды на основе оценки факторов риска

**2. ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ВИДОВ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
(МОДУЛЮ)**

Наименование раздела дисциплины (темы)	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Итого часов
	CPC	Л	ЛЗ	ПЗ	
<b>Итого по дисциплине</b>	<b>60</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>68</b>
<b>Первый период контроля</b>					
<i>Здоровый образ жизни как фактор здоровья человека</i>	<b>20</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	<b>24</b>
Введение. Здоровье человека как комплексная характеристика его благополучия	4	2			6
Этапы формирования здоровья	4				4
Здоровый образ жизни как система, его индивидуальный характер	4				4
Питание как фактор управления физической и психической составляющими здоровья	4				4
Современные подходы к формированию, сохранению и укреплению здоровья				2	2
Вредные привычки и здоровье человека	4				4
<i>Инфекционные заболевания</i>	<b>12</b>				<b>12</b>
Инфекционный и эпидемиологический процессы	4				4
Понятие о микробиологии и иммунологии	4				4
Основные инфекционные заболевания: причины, симптомы, профилактика	4				4
<i>Неотложные состояния</i>	<b>28</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		<b>32</b>
Неотложные состояния, причины и факторы их вызывающие, доврачебная помощь		2			2
Параметры жизнедеятельности. Сердечно-легочная реанимация	4		2		6
Раны. Методы временной остановки кровотечения	4				4
Первая помощь при травмах. Транспортная иммобилизация. Транспортировка пострадавших	4				4
Первая помощь при воздействии на организм абиотических и биотических поражающих факторов	4				4
Первая помощь при попадании инородных тел в организм человека. Острые отравления	4				4
Уход за больным в домашних условиях	4				4
Зачетное занятие «Оказание первой помощи при неотложных состояниях»	4				4
<b>Итого по видам учебной работы</b>	<b>60</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>68</b>
<b>Форма промежуточной аттестации</b>					
Зачет					4
<b>Итого за Первый период контроля</b>					<b>72</b>

**3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ  
(РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА  
АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ**

**3.1 СРС**

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема для самостоятельного изучения	Трудоемкость (кол-во часов)
<b>1. Здоровый образ жизни как фактор здоровья человека</b>	<b>20</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ОПК-8: У.1 (ОПК.8.2), 3.1 (ОПК.8.1), В.1 (ОПК.8.3) УК-6: 3.2 (УК.6.1), У.3 (УК.6.2), В.3 (УК.6.3)	
1.1. Введение. Здоровье человека как комплексная характеристика его благополучия <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, ответить на вопросы к лекции "Введение". Здоровье человека как комплексная характеристика его благополучия ". Учебно-методическая литература: 1, 2, 5	4
1.2. Этапы формирования здоровья <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, ответить на вопросы по теме "Этапы формирования здоровья". Учебно-методическая литература: 1, 2, 4, 5	4
1.3. Здоровый образ жизни как система, его индивидуальный характер <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, ответить на вопросы по теме "Здоровый образ жизни как система, его индивидуальный характер", подготовиться к тестированию и письменному определению понятий по теме. Учебно-методическая литература: 1, 2, 4, 5	4
1.4. Питание как фактор управления физической и психической составляющими здоровья <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, ответить на вопросы по теме "Питание как фактор управления физической и психической составляющими здоровья". Учебно-методическая литература: 1, 2, 4, 5	4
1.5. Вредные привычки и здоровье человека <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, подготовить доклад-презентацию по одному из вопросов темы "Вредные привычки и здоровье человека". Учебно-методическая литература: 2, 3, 4, 5	4
<b>2. Инфекционные заболевания</b>	<b>12</b>
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> УК-8: 3.3 (УК.8.1), У.2 (УК.8.2), В.2 (УК.8.3)	
2.1. Инфекционный и эпидемиологический процессы <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, ответить на вопросы по теме "Инфекционный и эпидемиологический процессы", подготовиться к тестированию и письменному опросу по определению понятий. Учебно-методическая литература: 1, 2, 4, 6	4
2.2. Понятие о микробиологии и иммунологии <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, ответить на вопросы по теме "Понятие о микробиологии и иммунологии". Учебно-методическая литература: 2, 3, 4, 6	4
2.3. Основные инфекционные заболевания: причины, симптомы, профилактика <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, заполните таблицы по темам "Детские инфекции", "Респираторные инфекции", "Кишечные инфекции". Учебно-методическая литература: 1, 2, 4, 6, 9	4
<b>3. Неотложные состояния</b>	<b>28</b>

<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> УК-8: 3.3 (УК.8.1), У.2 (УК.8.2), В.2 (УК.8.3)	
3.1. Параметры жизнедеятельности. Сердечно-легочная реанимация <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, оформить отчет по лабораторной работе "Параметры жизнедеятельности. Сердечно-легочная реанимация", ответить на вопросы теста. Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 9	4
3.2. Раны. Методы временной остановки кровотечения <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, ответить на вопросы по теме "Раны. Методы временной остановки кровотечения", ответить на вопросы теста. Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 9	4
3.3. Первая помощь при травмах. Транспортная иммобилизация. Транспортировка пострадавших <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники ответить на вопросы темы "Первая помощь при травмах. Транспортная иммобилизация. Транспортировка пострадавших", заполнить таблицу, ответить на вопросы теста. Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5	4
3.4. Первая помощь при воздействии на организм абиотических и биотических поражающих факторов <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, ответить на вопросы темы "Первая помощь при воздействии на организм абиотических и биотических поражающих факторов", заполнить таблицу, ответить на вопросы теста. Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 9	4
3.5. Первая помощь при попадании инородных тел в организм человека. Острые отравления <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, ответить на вопросы по теме "Первая помощь при попадании инородных тел в организм человека. Острые отравления", заполнить таблицу. Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 9	4
3.6. Уход за больным в домашних условиях <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя литературные источники, ответить на вопросы по теме "Уход за больным в домашних условиях", заполнить таблицы. Учебно-методическая литература: 8	4
3.7. Зачетное занятие «Оказание первой помощи при неотложных состояниях» <b>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</b> Используя полученные знания при изучении учебной дисциплины "Основы медицинских знаний и здорового образа жизни", ответьте на вопросы одной из предложенных карточек. Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 5, 9	4

### 3.2 Лекции

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
1. Здоровый образ жизни как фактор здоровья человека	2
<b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b> ОПК-8: У.1 (ОПК.8.2), 3.1 (ОПК.8.1), В.1 (ОПК.8.3) УК-6: 3.2 (УК.6.1), У.3 (УК.6.2), В.3 (УК.6.3)	

<p>1.1. Введение. Здоровье человека как комплексная характеристика его благополучия</p> <p>План</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Проблема здоровья населения России на современном этапе развития общества.</li> <li>2. Общие вопросы дисциплины «Основы медицинских знаний и ЗОЖ», базовые понятия.</li> <li>3. Индивидуальное и популяционное здоровье, их критерии и показатели. Группы здоровья.</li> <li>4. Роль педагога в профилактике заболеваний и формировании культуры здоровья учащихся.</li> </ol> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 4, 5</p>	2
<p><b>2. Неотложные состояния</b></p> <p><b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b></p> <p>УК-8: 3.3 (УК.8.1), У.2 (УК.8.2), В.2 (УК.8.3)</p> <p>2.1. Неотложные состояния, причины и факторы их вызывающие, доврачебная помощь</p> <p>План</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понятие «неотложные состояния». Причины и факторы, вызывающие неотложные состояния.</li> <li>2. Понятие о первой помощи; три группы мероприятий, входящих в первую помощь при неотложных состояниях.</li> <li>3. Табельные и подручные средства оказания первой помощи. Септика и антисептика.</li> <li>4. Основные неотложные состояния, первая помощь при них.</li> </ol> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 5</p>	2

### 3.3 Лабораторные

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
<p><b>1. Неотложные состояния</b></p> <p><b>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</b></p> <p>УК-8: 3.3 (УК.8.1), У.2 (УК.8.2), В.2 (УК.8.3)</p> <p>1.1. Параметры жизнедеятельности. Сердечно-легочная реанимация</p> <p>Задачи занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ознакомиться с основными терминальными состояниями.</li> <li>2. Овладеть практическими приемами сердечно-легочной реанимации</li> </ol> <p>Материалы и оборудование</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Тренажер для проведения сердечно-легочной реанимации.</li> <li>2. Видеофильм «Сердечно-легочная реанимация».</li> </ol> <p>Теоретическая часть</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Что понимают под терминальными состояниями? Охарактеризуйте этапы умирания организма.</li> <li>2. Назовите основные признаки клинической и биологической смерти. Укажите время, в течение которого длится клиническая смерть в различных условиях.</li> <li>3. Что называется реанимацией? Расскажите технику проведения сердечно-легочной реанимации.</li> </ol> <p>Практическая часть (тренинг)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. По представленным рисункам определить причины расстройства дыхания и методы его восстановления. Заполнить таблицу по графикам: рисунок, причина расстройства дыхания, первая помощь.</li> <li>2. Отработать практический навык – технику сердечно-легочной реанимации.</li> </ol> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 5</p>	2

### 3.4 Практические

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
<p><b>1. Здоровый образ жизни как фактор здоровья человека</b></p>	2

**Формируемые компетенции, образовательные результаты:**

ОПК-8: У.1 (ОПК.8.2), З.1 (ОПК.8.1), В.1 (ОПК.8.3)

УК-6: З.2 (УК.6.1), У.3 (УК.6.2), В.3 (УК.6.3)

1.1. Современные подходы к формированию, сохранению и укреплению здоровья Цель занятия: ознакомиться с современными методами и средствами сохранения и укрепления здоровья человека, выбрать те из них, которые могут быть использованы для индивидуального оздоровления. Оборудование и материалы 1. Аромакурительница. 2. Ароматические масла. 3. Гербарий лекарственных растений. 4. Массажеры. Теоретическая часть 1. Понятие «健康发展», его составляющие. 2. Показатели индивидуального здоровья. 3. Факторы риска здоровью. 4. Третье (донозологическое) состояние. 5. Понятие «оздоровление», холистический подход к оздоровлению человека. 6. Абиотические факторы окружающей среды, положительно влияющие на организм человека. Закаливание. 7. Биотические факторы среды – для оздоровления человека. Лекарственные растения и способы фитооздоровления. Эфирные масла и способы аромаоздоровления. Практическая часть Задание 1. Познакомиться со средствами и методами расширения адаптационных возможностей человека, правилами и условиями их использования (музыкооздоровление, цветооздоровление, арт-терапия, релаксация). Выбрать те из них, которые могут быть использованы для собственного оздоровления и оздоровления учащихся в учебно-воспитательном процессе. Сделать соответствующие записи в тетради Задание 2. Изучить возможности использования массажа биологически активных точек в процессе оздоровления. Познакомиться с особенностями массаж БАТ для профилактики простудных заболеваний и оздоровления. Сделать соответствующие записи и рисунки.	2
Учебно-методическая литература: 7, 8, 9	

## **4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **4.1. Учебно-методическая литература**

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)	Ссылка на источник в ЭБС
<b>Основная литература</b>		
1	Айзман Р.И. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учебное пособие / Айзман Р.И., Рубанович В.Б., Суботялов М.А. – Электрон. текстовые данные. – Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2010. – 214 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/4144">http://www.iprbookshop.ru/ 4144</a>
2	Артюнина Г.П. Основы медицинских знаний. Здоровье, болезнь и образ жизни [Электронный ресурс]: учебное пособие для высшей школы/ Артюнина Г.П., Игнатькова С.А.— Электрон. текстовые данные. – М.: Академический Проект, 2004. – 560 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/36450.html">http://www.iprbookshop.ru/ 36450.html</a>
3	Трушкин А.Г. Основы первой медицинской помощи: Учебное пособие [Текст] / А.Г. Трушкин, Н.Н. Гарликов, В.М. Двуреченская, Д.А. Токарев. – Москва; ИКЦ «МарТ»; Ростов н/Д: Издательский центр «МарТ», 2005. – 318 с.	
4	Калюжный Е.А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учебное пособие [Электронный ресурс] / Е.А. Калюжный, В.Ю. Маслова, С.В. Михайлова, С.Г. Напреев, Н.И. Ниретин, Пищаева М.В. – Арзамас: АГПИ, 2009.	<a href="http://life-safety.ru/u4ebnik_OMZ_ZOZ.pdf">http://life-safety.ru/u4ebnik _OMZ_ZOZ.pdf</a>
<b>Дополнительная литература</b>		
5	Гайворонский И.В. Основы медицинских знаний [Электронный ресурс]/ Гайворон-ский И.В. – Электрон. текстовые данные. – СПб.: СпецЛит, 2013. – 316 с.	<a href="http://www.iprbookshop.ru/47777.html">http://www.iprbookshop.ru/ 47777.html</a>
6	Краснов А.В. Инфекционные болезни. Часть 1 [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Краснов А.В., Кулагина О.И., Васильева Г.Д. – Электрон. текстовые данные. – Кемерово: Кемеровская государственная медицинская академия, 2011. – 93 с.	
7	Тюмасева З.И. Оздоровление человека природой [Электронный ресурс] / З.И. Тюма-сева. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2013. – 277 с.	<a href="http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/50">http://elib.cspu.ru/xmlui/han dle/123456789/50</a>
8	Тюмасева З.И. Целительные силы природы и здоровье человека: Учебно-методическое пособие для студентов педагогических вузов небиологических специальностей, изучающих дисциплины биолого-медицинского цикла [Текст] / З.И. Тюмасева, Д.П. Гольнева. – Челябинск: Взгляд, 2003. – 216 с.	
9	Орехова И.Л. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (в рамках подготовки бакалавров гуманитарно-педагогических вузов) : учебно-методическое пособие / И.Л. Орехова, Н.Н. Щелчкова, Е.А. Романова. –Челябинск: Изд-во Южно-Уральский научный центр РАО, 2019. –180 с.	<a href="http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/7024">http://elib.cspu.ru/xmlui/han dle/123456789/7024</a>

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

### 5.1. Описание показателей и критерии оценивания компетенций

Код компетенции по ФГОС									
Код образовательного результата дисциплины	Текущий контроль								Промежуточная аттестация
	Доклад/сообщение	Задания к лекции	Конспект по теме	Отчет по лабораторной работе	Таблица по теме	Терминологический словарь/глоссарий	Тест	Зачет/Экзамен	
<b>ОПК-8</b>									
3.1 (ОПК.8.1)		+				+	+	+	
У.1 (ОПК.8.2)	+	+	+						+
В.1 (ОПК.8.3)			+	+					+
<b>УК-6</b>						+	+	+	
3.2 (УК.6.1)						+	+	+	
У.3 (УК.6.2)			+	+					+
В.3 (УК.6.3)			+	+					+
<b>УК-8</b>									
У.2 (УК.8.2)			+						+
В.2 (УК.8.3)			+						+
3.3 (УК.8.1)		+	+	+	+	+	+	+	+

### 5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

#### 5.2.1. Текущий контроль.

Типовые задания к разделу "Здоровый образ жизни как фактор здоровья человека":

##### 1. Доклад/сообщение

Используя литературные источники, подготовить доклад-презентацию по одному из вопросов на тему "Вредные привычки и здоровье человека".

1. Психологические и физиологические особенности подросткового возраста.
2. Действие никотина на растущий организм.
3. Признаки развития алкоголизма.
4. Роль рекламы в возникновении вредных привычек у подростков.
5. Профилактика саморазрушающего поведения.
6. Правовые основы борьбы с распространением наркотиков.
7. Признаки употребления наркотических средств, которые должны насторожить родителей и педагогов.
8. Причины употребления наркотических средств.
9. Основные направления профилактики саморазрушающего поведения.
10. Роль родителей, воспитателей и учителей в профилактике вредных привычек.
11. Стресс и дистресс. Влияние стресса на детский организм, его роль в возникновении вредных привычек.

Количество баллов: 5

##### 2. Задания к лекции

Используя литературные источники, выполните задание к лекции "Введение. Здоровье человека как комплексная характеристика его благополучия".

1. Изучить законодательную базу охраны здоровья граждан РФ. Составить перечень законов, раскрывающих особенности охраны здоровья населения РФ.
2. Выявить виды медицинской помощи, составить схему «Структура здравоохранения».

Количество баллов: 5

##### 3. Конспект по теме

Используя литературные источники, ответьте на вопросы по темам:

1. Этапы формирования здоровья".
  2. Здоровый образ жизни как система, его индивидуальный характер.
  3. Питание как фактор управления физической и психической составляющими здоровья".
    1. Этапы формирования здоровья".
      - 1.1. Понятие «формирование здоровья». Доэмбриональный период формирования здоровья. Проблема роста и формирования организма генетически здоровых юношей и девушек.
      - 1.2. Внутриутробный период формирования здоровья и факторы риска, характерные для него.
      - 1.3. Валеологические кризисно-адаптационные этапы жизни как периоды активного соматического формирования и психического становления личности (период раннего и дошкольного детства и период полового созревания).
    2. Здоровый образ жизни как система, его индивидуальный характер.
      - 1.1. Понятие «формирование здоровья». Доэмбриональный период формирования здоровья. Проблема роста и формирования организма генетически здоровых юношей и девушек.
      - 2.2. Внутриутробный период формирования здоровья и факторы риска, характерные для него.
      - 2.3. Валеологические кризисно-адаптационные этапы жизни как периоды активного соматического формирования и психического становления личности (период раннего и дошкольного детства и период полового созревания).
    3. Питание как фактор управления физической и психической составляющими здоровья".
      - 3.1. История науки о питании, свидетельства о факторах питания, приводящих к заболеваниям и малой продолжительности жизни.
      - 3.2. Рациональное питание и его основные принципы. Особенности питания детей.
      - 3.3. Современные системы питания, их общие подходы. «Пирамида ежедневного употребления здоровых продуктов»
- Количество баллов: 15
- 4. Отчет по лабораторной работе**
- Используя литературные источники, составьте отчет по практической работе "Современные подходы к формированию, сохранению и укреплению здоровья".
- Обеспечение 9, с. 16-26.
- Количество баллов: 5
- 5. Терминологический словарь/глоссарий**
- Используя литературные источники, подготовьтесь к письменному опросу по определению понятий раздела "Здоровый образ жизни как фактор здоровья человека".
- Терминологический минимум: адаптация, баланс здоровья, болезнь, болезни цивилизации, гиподинамия, гипокинезия, группа здоровья, дистресс, здоровье, здоровый образ жизни, индекс здоровья, кумулятивная адаптация, наследственность, профилактика, «психическое» здоровье, резервы здоровья, «социальное» здоровье, срочная адаптация, стресс, «третье состояние», токсикомания, «физическое» здоровье.
- Количество баллов: 5
- 6. Тест**
- Используя литературные источники, подготовьтесь к тестированию по разделу "Здоровый образ жизни как фактор здоровья человека".
- Тест "Человек и его здоровье"
1. Индивидуальное здоровье человека характеризуется:
    - а) уровнем физического развития;
    - б) уровнем функциональных резервов физиологических систем;
    - в) наличием или отсутствием вредных привычек;
    - г) наследственностью.
  2. Основными факторами, определяющими здоровье человека, являются:
    - а) наличие хронических заболеваний или дефектов развития;
    - б) условия и образ жизни;
    - в) наследственность;
    - г) состояние окружающей среды.
  3. Осознание и переживание учащимися высшей ценности своего здоровья, убежденность в необходимости вести здоровый образ жизни составляют \_\_\_\_\_ компонент технологии воспитания культуры здоровья:
    - а) аксиологический;
    - б) гносеологический;
    - в) здоровьесберегающий;
    - г) экологический.
  4. Показатель общественного здоровья, характеризующий распространенность зарегистрированных заболеваний, как вновь возникших, так и ранее существовавших при первичном обращении в календарном году, называется:

- а) патологической пораженностью;
- б) инвалидностью;
- в) болезненностью;
- г) заболеваемостью.

К показателям общественного здоровья, традиционно используемым в меж-дународной практике для его описания, относят ...

- а) наличие или отсутствие заболеваний;
- б) персональное самочувствие;
- в) здоровье отдельного человека;
- г) показатели инвалидности.

Доля не болевших на момент исследования (например, в течение года) со-ставляет ...

- а) потенциал общественного здоровья;
- б) показатель физического развития;
- в) индекс общей заболеваемости;
- г) индекс общественного здоровья.

Сумма доступных средств для улучшения здоровья называется ...

- а) потенциалом здоровья;
- б) балансом здоровья;
- в) адаптацией;
- г) ресурсом здоровья.

5. К факторам учебной нагрузки, способным повысить или снизить риск раз-вития у школьников заболеваний, относит(-ят) ся:

- а) стиль взаимоотношений педагога и ученика;
- б) информационная сторона учебного процесса;
- в) полиграфические параметры учебников;
- г) размеры классной комнаты.

6. Текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития, определяет \_\_\_\_\_ здоровье:

- а) психическое;
- б) социальное;
- в) соматическое;
- г) физическое.

Состояние, при котором возможно развитие патологического процесса без из-менения силы действующего фактора вследствие снижения резервов адаптации, называется ...

- а) срывом адаптации;
- б) предболезни;
- в) болезнью;
- г) донозологическим состоянием.

7. Примером тератогенного действия загрязнителей является (-ются):

- а) отек Квинке;
- б) дефект конечностей;
- в) гипотрофия плода;
- г) врожденные пороки сердца.

При избыточном поступлении в организм стронция с водой (10 мг/л) наблю-дается увеличение заболеваемости населения ... (выберите два ответа)

- а) аллергией;
- б) болезнями костей и суставов;
- в) болезнями крови и печени;
- г) зубным флюорозом.

К внутренним условиям, способствующим развитию болезни, относят ...

- а) наследственное предрасположение к заболеванию, патологическую конститу-цию (диатез), ранний детский или старческий возраст;
- б) рациональное питание, правильную организацию режима рабочего дня, физиче-скую тренировку, а в случае заболевания – соответствующий уход за больным;
- в) нарушения питания, переутомление, невротические состояния, ранее перенесенные болезни, плохой уход за больным;
- г) наследственные, расовые и конституциональные факторы, например, видовой иммунитет человека к некоторым инфекционным заболеваниям животных

8. К социально-биологическим факторам, влияющим на уровень перинаталь-ной смертности, относится (-ятся):

- а) возраст матери;
- б) условия труда беременной;
- в) материальное положение;
- г) семейное положение.

9. Уровень \_\_\_\_\_ является самым значимым из медико-демографических показателей для оценки экологического состояния территории:
- естественного прироста населения;
  - младенческой смертности;
  - соотношения мужского и женского населения;
  - среднего возраста.
10. К экстренной контрацепции относятся такие методы предохранения, ко-торые можно использовать:
- в течение недели после незащищенного полового акта;
  - в течение нескольких первых дней после незащищенного полового акта;
  - в течение месяца после незащищенного полового акта;
  - регулярно для предотвращения нежелательной беременности.
11. Предельная учебная нагрузка школьников в 1-3-х классах составляет \_\_\_\_\_ часа (-ов) в неделю:
- 30;
  - 32;
  - 24;
  - 29.
- Детей, больных хроническими заболеваниями в состоянии субкомпенсации, со сниженными функциональными возможностями, относят к \_\_\_\_\_ группе здо-вья.
12. Третичная профилактика включает:
- раннее выявление доклинических признаков заболеваний;
  - предупреждение инвалидности;
  - реабилитацию больных детей и взрослых;
  - устранение причин возникновения болезни.
13. Непрерывно протекающие приспособительные изменения, которые не за-крепляются, а исчезают после устранения воздействия, характерны для \_\_\_\_\_ адаптации:
- срочной;
  - кумулятивной;
  - биологической;
  - социальной.
14. Гиподинамия является фактором риска, в первую очередь, для \_\_\_\_\_ за-болеваний:
- сердечно-сосудистых;
  - легочных;
  - онкологических;
  - вирусных.
15. Такие показатели как температура тела, пульс, артериальное давление, частота дыхания используются для оценки:
- функционального состояния организма;
  - физического развития;
  - функциональных резервов организма;
  - биологической зрелости.
16. Анализ общественного и популяционного здоровья позволяет выявить:
- основные социально значимые заболевания в стране;
  - ранние стадии заболевания конкретной группы населения;
  - функциональное состояние человека;
  - уровень физических возможностей человека.
17. Механизм развития, течения и исхода заболевания называется:
- патогенезом;
  - диагнозом;
  - синдромом;
  - патологией.
18. Многочисленные исследования показали, что на 50% здоровье человека обусловлено:
- образом жизни;
  - генетическими особенностями;
  - состоянием окружающей среды;
  - медицинским обеспечением.
19. Для определения уровня биологической зрелости организма используют:
- оценку развития вторичных половых признаков;
  - антропометрические исследования;
  - оценку функциональных резервов организма;
  - лабораторные исследования крови.
20. Охрана здоровья – это:
- область научных теоретических и практических знаний по защите ребенка от опасностей в сфере образовательной деятельности;
  - совокупность различного рода мер, направленных на сохранение и укрепление физического и психического здоровья человека, поддержание его активной долголетней жизни, предоставление ему медицинской помощи в случае утраты здоровья;
  - система жизни, способствующая сохранению и укреплению здоровья;
  - индивидуальная система поведения человека, направленная на удовлетворение антропогенных



Количество баллов: 5

Типовые задания к разделу "Инфекционные заболевания":

### **1. Конспект по теме**

Используя литературные источники, ответьте на вопросы по темам:

1. Инфекционный и эпидемический процессы.
2. Понятие о микробиологии и иммунологии.
1. Инфекционный и эпидемический процессы.
  - 1.1. Источники инфекционных заболеваний. Пути передачи инфекции.
  - 1.2. Эпидемический процесс. Закономерности распространения инфекционных заболеваний среди населения.
  - 1.3. Иммунитет. Механизм развития иммунной реакции в ответ на внедрение чужеродных агентов.
  - 1.4. Иммунопрофилактика, ее виды и механизм действия.

### **2. Понятие о микробиологии и иммунологии**

- 2.1. Предмет изучения наук микробиологии и иммунологии.
- 2.2. Микроорганизмы и их основные свойства.
- 2.3. Система специфической защиты организма, или иммунитет. Классификация иммунитета.
- 2.4. Система неспецифической защиты организма: фагоцитоз и общая резистентность.

Количество баллов: 10

### **2. Таблица по теме**

Используя литературные источники, заполните таблицы:

1. Детские инфекции.
2. Респираторные инфекции.
3. Кишечные инфекции.

Обеспечение 9, с. 43.

Количество баллов: 15

### **3. Терминологический словарь/глоссарий**

Используя литературные источники, подготовьтесь к письменному опросу по определению понятий раздела "Инфекционные заболевания".

Терминологический минимум по разделу 2: бактерицидность, вакцина, вакцинация, вирулентность, вирусо-или бактерионоситель, иммунитет, инкубационный период, инфекция, карантин, контагиозность, обсеменение, пандемия, продромальный период, профилактика, сыворотка, эпидемия.

Количество баллов: 5

### **4. Тест**

Используя литературные источники, подготовьтесь ответить на вопросы теста по инфекционным заболеваниям.

Обеспечение 9, С. 44-51.

Количество баллов: 5

Типовые задания к разделу "Неотложные состояния":

### **1. Задания к лекции**

Используя литературные источники, выполните задания к лекции "Неотложные состояния, причины и факторы их вызывающие, первая помощь".

1. Причины и факторы, вызывающие неотложные состояния: инфаркт миокарда, стеноз гортани, краш-синдром. Первая медицинская помощь.
2. Профилактика травматизма в образовательных организациях.

Количество баллов: 5

### **2. Конспект по теме**

Используя литературные источники, выполните предложенные задания по темам:

1. Раны. Методы временной остановки кровотечения.
  2. Первая помощь при травмах. Транспортная иммобилизация. Транспортировка пострадавших.
  3. Первая помощь при воздействии на организм абиотических и биотических поражающих факторов.
  4. Первая помощь при попадании инородных тел в организм человека. Острые отравления.
  5. Уход за больным в домашних условиях.
  6. Зачетное занятие «Оказание первой помощи при неотложных состояниях».
1. Раны. Методы временной остановки кровотечения: обеспечение 9, с. 103-110.
  2. Первая помощь при травмах. Транспортная иммобилизация. Транспортировка пострадавших: обеспечение 9, с. 117-127.
  3. Первая помощь при воздействии на организм абиотических и биотических поражающих факторов: обеспечение 9, с. 55-61.
  4. Первая помощь при попадании инородных тел в организм человека. Острые отравления: обеспечение 9, с.69-70.
  5. Уход за больным в домашних условиях: обеспечение 9, с. 133.
  6. Зачетное занятие «Оказание первой помощи при неотложных состояниях»: обеспечение 9, с. 136-138

Количество баллов: 30

### **3. Отчет по лабораторной работе**

Используя литературные источники, оформите отчет по лабораторной работе "Параметры жизнедеятельности. Сердечно-легочная реанимация".  
Обеспечение 9, с. 79-88.

Количество баллов: 5

### **4. Тест**

Используя литературные источники, ответьте на вопросы тестов по темам:

1. Параметры жизнедеятельности. Сердечно-легочная реанимация.
2. Первая помощь при травмах. Транспортная иммобилизация. Транспортировка пострадавших.
3. Первая помощь при воздействии на организм абиотических и биотических поражающих факторов.
1. Параметры жизнедеятельности. Сердечно-легочная реанимация: обеспечение 9, с. 84-88.
2. Первая помощь при травмах. Транспортная иммобилизация. Транспортировка пострадавших: обеспечение 9, с. 120-127.
3. Первая помощь при воздействии на организм абиотических и биотических поражающих факторов: обеспечение 9, с. 56-61.

Количество баллов: 15

### **5.2.2. Промежуточная аттестация**

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации в ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ».

## **Первый период контроля**

### **1. Зачет**

Вопросы к зачету:

1. Проблема здоровья населения России на современном этапе развития общества. Показатели общественного здоровья.
2. Показатели индивидуального здоровья. Группы здоровья детей и подростков.
3. Этапы формирования здоровья подрастающего человека. Дайте краткую характеристику этих этапов.
4. Здоровый образ жизни и его составляющие. Мотивация ЗОЖ.
5. Репродуктивное здоровье. Роль образовательных учреждений в профилактике нарушений репродуктивного здоровья.
6. «Болезни цивилизации», факторы образа жизни, способствующие их развитию.
7. Стресс и его стадии, профилактика дистресса в условиях учебно-воспитательного процесса.
8. Движение как фактор здоровья. Принципы и правила двигательной активности.
9. Питание и здоровье. Теории питания, их положительные и отрицательные аспекты.
10. Рациональное питание и его основные принципы.
11. Вредные привычки как фактор, разрушающий здоровье человека. Профилактика вредных привычек.
12. Предмет изучения микробиологии; микроорганизмы и их основные свойства.
13. Иммунитет, классификация, теории иммунитета.
14. Понятие «инфекция». Инфекционный процесс, его стадии.
15. Классификация и пути передачи инфекционных заболеваний.
16. Эпидемиологический процесс, его стадии. Меры профилактики инфекционных заболеваний.
17. Детские заболевания (корь, коревая краснуха, ветряная оспа, скарлатина, инфекционный паротит, менингококковая инфекция): возбудители, симптомы, меры профилактики.
18. Респираторные инфекции и инфекционные заболевания верхних дыхательных путей (грипп, ОРВИ, ангина, дифтерия): возбудители, симптомы, профилактика.
19. Неотложные состояния, причины и факторы, их вызывающие, мероприятия доврачебной помощи.
20. Шок, его стадии, доврачебная помощь.
21. Основные признаки жизни. Клиническая и биологическая смерть. Сердечно-легочная реанимация.
22. Кровотечение, его виды. Методы временной остановки артериального и венозного кровотечения.
23. Травма, ее виды. Особенности детского травматизма.
24. Первая помощь при травмах позвоночника, черепа, грудной клетки, конечностей.
25. Первая помощь при действии абиотических поражающих факторов (ожоги, солнечный и тепловой удар, электротравма, отморожение).
26. Первая помощь при действии биотических поражающих факторов (укусы жалящих насекомых, змей).
27. Первая помощь при попадании в организм инородных тел (инородные тела уха, глаза, носа, кожи).
28. Острые отравления, первая помощь при них.
29. Уход за больным в домашних условиях (инъекции, постановка горчичников, банок, личная гигиена).

30. Кишечные инфекции (дизентерия, сальмонеллез, гепатит А, острый гастроэнтерит, ботулизм, стафилококковая токсикоинфекция): возбудители, симптомы, меры профилактики.

**5.3. Примерные критерии оценивания ответа студентов на экзамене (зачете):**

Отметка	Критерии оценивания
"Отлично"	<ul style="list-style-type: none"><li>-дается комплексная оценка предложенной ситуации</li><li>-демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять</li><li>-последовательное, правильное выполнение всех заданий</li><li>-умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы</li></ul>
"Хорошо"	<ul style="list-style-type: none"><li>-дается комплексная оценка предложенной ситуации</li><li>-демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять</li><li>-последовательное, правильное выполнение всех заданий</li><li>-возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя</li><li>-умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы</li></ul>
"Удовлетворительно" ("зачтено")	<ul style="list-style-type: none"><li>- затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации</li><li>-неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя</li><li>- выполнение заданий при подсказке преподавателя</li><li>- затруднения в формулировке выводов</li></ul>
"Неудовлетворительно" ("не зачтено")	<ul style="list-style-type: none"><li>-неправильная оценка предложенной ситуации</li><li>- отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий</li></ul>

## **6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **1. Лекции**

Лекция - одна из основных форм организации учебного процесса, представляющая собой устное, монологическое, систематическое, последовательное изложение преподавателем учебного материала с демонстрацией слайдов и фильмов. Работа обучающихся на лекции включает в себя: составление или слежение за планом чтения лекции, написание конспекта лекции, дополнение конспекта рекомендованной литературой.

Требования к конспекту лекций: краткость, схематичность, последовательная фиксация основных положений, выводов, формулировок, обобщений. В конспекте нужно помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Последующая работа над материалом лекции предусматривает проверку терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. В конспекте нужно обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.

### **2. Лабораторные**

Лабораторные занятия проводятся в специально оборудованных лабораториях с применением необходимых средств обучения (лабораторного оборудования, образцов, нормативных и технических документов и т.п.).

При выполнении лабораторных работ проводятся: подготовка оборудования и приборов к работе, изучение методики работы, воспроизведение изучаемого явления, измерение величин, определение соответствующих характеристик и показателей, обработка данных и их анализ, обобщение результатов. В ходе проведения работ используются план работы и таблицы для записей наблюдений.

При выполнении лабораторной работы студент ведет рабочие записи результатов измерений (испытаний), оформляет расчеты, анализирует полученные данные путем установления их соответствия нормам и/или сравнения с известными в литературе данными и/или данными других студентов. Окончательные результаты оформляются в форме заключения.

### **3. Практические**

Практические (семинарские занятия) представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают все основные разделы.

Основной формой проведения практических занятий и семинаров является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях.

При подготовке к практическому занятию необходимо, ознакомиться с его планом; изучить соответствующие конспекты лекций, главы учебников и методических пособий, разобрать примеры, ознакомиться с дополнительной литературой (справочниками, энциклопедиями, словарями). К наиболее важным и сложным вопросам темы рекомендуется составлять конспекты ответов. Следует готовить все вопросы соответствующего занятия: необходимо уметь давать определения основным понятиям, знать основные положения теории, правила и формулы, предложенные для запоминания к каждой теме.

В ходе практического занятия надо давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов, доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

### **4. Зачет**

Цель зачета – проверка и оценка уровня полученных студентом специальных знаний по учебной дисциплине и соответствующих им умений и навыков, а также умения логически мыслить, аргументировать избранную научную позицию, реагировать на дополнительные вопросы, ориентироваться в массиве информации.

Подготовка к зачету начинается с первого занятия по дисциплине, на котором обучающиеся получают предварительный перечень вопросов к зачету и список рекомендуемой литературы, их ставят в известность относительно критериев выставления зачета и специфике текущей и итоговой аттестации. С самого начала желательно планомерно осваивать материал, руководствуясь перечнем вопросов к зачету и списком рекомендуемой литературы, а также путем самостоятельного конспектирования материалов занятий и результатов самостоятельного изучения учебных вопросов.

По результатам сдачи зачета выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

### **5. Задания к лекции**

Задания к лекции используются для контроля знаний обучающихся по теоретическому материалу, изложенному на лекциях.

Задания могут подразделяться на несколько групп:

1. задания на иллюстрацию теоретического материала. Они выявляют качество понимания студентами теории;
2. задания на выполнение задач и примеров по образцу, разобранному в аудитории. Для самостоятельного выполнения требуется, чтобы студент овладел рассмотренными на лекции методами решения;
3. задания, содержащие элементы творчества, которые требуют от студента преобразований, реконструкций, обобщений. Для их выполнения необходимо привлекать ранее приобретенный опыт, устанавливать внутрипредметные и межпредметные связи, приобрести дополнительные знания самостоятельно или применить исследовательские умения;
4. может применяться выдача индивидуальных или опережающих заданий на различный срок, определяемый преподавателем, с последующим представлением их для проверки в указанный срок.

### **6. Тест**

Тест это система стандартизованных вопросов (заданий), позволяющих автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающихся. Тесты могут быть аудиторными и внеаудиторными. Преподаватель доводит до сведения студентов информацию о проведении теста, его форме, а также о разделе (теме) дисциплины, выносимой на тестирование.

При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо:

- проработать информационный материал по дисциплине. Проконсультироваться с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы;
- выяснить все условия тестирования заранее. Необходимо знать, сколько тестов вам будет предложено, сколько времени отводится на тестирование, какова система оценки результатов и т.д.
- работая с тестами, внимательно и до конца прочесть вопрос и предлагаемые варианты ответов; выбрать правильные (их может быть несколько); на отдельном листке ответов выписать цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам. В случае компьютерного тестирования указать ответ в соответствующем поле (полях);
- в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант.
- решить в первую очередь задания, не вызывающие трудностей, к трудному вопросу вернуться в конце.
- оставить время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

### **7. Терминологический словарь/глоссарий**

Терминологический словарь/глоссарий – текст справочного характера, в котором представлены в алфавитном порядке и разъяснены значения специальных слов, понятий, терминов, используемых в какой-либо области знаний, по какой-либо теме (проблеме).

Составление терминологического словаря по теме, разделу дисциплины приводит к образованию упорядоченного множества базовых и периферийных понятий в форме алфавитного или тематического словаря, что обеспечивает студенту свободу выбора рациональных путей освоения информации и одновременно открывает возможности регулировать трудоемкость познавательной работы.

Этапы работы над терминологическим словарем:

1. внимательно прочитать работу;
2. определить наиболее часто встречающиеся термины;
3. составить список терминов, объединенных общей тематикой;
4. расположить термины в алфавитном порядке;
5. составить статьи глоссария:
  - дать точную формулировку термина в именительном падеже;
  - объемно раскрыть смысл данного термина.

## **8. Конспект по теме**

Конспект – это систематизированное, логичное изложение материала источника.

Различаются четыре типа конспектов.

План-конспект – это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.

Текстуальный конспект – это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.

Свободный конспект – это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.

Тематический конспект – составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то теме (вопросу).

В процессе изучения материала источника, составления конспекта нужно обязательно применять различные выделения, подзаголовки, создавая блочную структуру конспекта. Это делает конспект легко воспринимаемым, удобным для работы.

Этапы выполнения конспекта:

1. определить цель составления конспекта;
2. записать название текста или его части;
3. записать выходные данные текста (автор, место и год издания);
4. выделить при первичном чтении основные смысловые части текста;
5. выделить основные положения текста;
6. выделить понятия, термины, которые требуют разъяснений;
7. последовательно и кратко изложить своими словами существенные положения изучаемого материала;
8. включить в запись выводы по основным положениям, конкретным фактам и примерам (без подробного описания);
9. использовать приемы наглядного отражения содержания (абзацы «ступеньками», различные способы подчеркивания, шрифт разного начертания, ручки разного цвета);
10. соблюдать правила цитирования (цитата должна быть заключена в кавычки, дана ссылка на ее источник, указана страница).

## **9. Доклад/сообщение**

Доклад – развернутое устное (возможен письменный вариант) сообщение по определенной теме, сделанное публично, в котором обобщается информация из одного или нескольких источников, представляется и обосновывается отношение к описываемой теме.

Основные этапы подготовки доклада:

1. четко сформулировать тему;
2. изучить и подобрать литературу, рекомендуемую по теме, выделив три источника библиографической информации:
  - первичные (статьи, диссертации, монографии и т. д.);
  - вторичные (библиография, реферативные журналы, сигнальная информация, планы, граф-схемы, предметные указатели и т. д.);
  - третичные (обзоры, компилятивные работы, справочные книги и т. д.);
3. написать план, который полностью согласуется с выбранной темой и логично раскрывает ее;
4. написать доклад, соблюдая следующие требования:
  - структура доклада должна включать краткое введение, обосновывающее актуальность проблемы; основной текст; заключение с краткими выводами по исследуемой проблеме; список использованной литературы;
  - в содержании доклада общие положения надо подкрепить и пояснить конкретными примерами; не пересказывать отдельные главы учебника или учебного пособия, а изложить собственные соображения по существу рассматриваемых вопросов, внести свои предложения;
5. оформить работу в соответствии с требованиями.

## **10. Отчет по лабораторной работе**

При составлении и оформлении отчета следует придерживаться рекомендаций, представленных в методических указаниях по выполнению лабораторных работ по дисциплине.

## **11. Таблица по теме**

Таблица – форма представления материала, предполагающая его группировку и систематизированное представление в соответствии с выделенными заголовками граф.

Правила составления таблицы:

1. таблица должна быть выразительной и компактной, лучше делать несколько небольших по объему, но наглядных таблиц, отвечающих задаче исследования;
2. название таблицы, заглавия граф и строк следует формулировать точно и лаконично;
3. в таблице обязательно должны быть указаны изучаемый объект и единицы измерения;
4. при отсутствии каких-либо данных в таблице ставят многоточие либо пишут «Нет сведений», если какое-либо явление не имело места, то ставят тире;
5. числовые значения одних и тех же показателей приводятся в таблице с одинаковой степенью точности;
6. таблица с числовыми значениями должна иметь итоги по группам, подгруппам и в целом;
7. если суммирование данных невозможно, то в этой графе ставят знак умножения;
8. в больших таблицах после каждой пяти строк делается промежуточный для удобства чтения и анализа.

## **7. ПЕРЕЧЕНЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

1. Цифровые технологии обучения
2. Тренинги
3. Технологии эвристического обучения

## **8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ**

1. компьютерный класс – аудитория для самостоятельной работы
2. учебная аудитория для лекционных занятий
3. учебная аудитория для семинарских, практических занятий
4. Лицензионное программное обеспечение:
  - Операционная система Windows 10
  - Microsoft Office Professional Plus
  - Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
  - Справочная правовая система Консультант плюс
  - 7-zip
  - Adobe Acrobat Reader DC