



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

Государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
Республики Крым
«Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова»
(ГБОУВО РК КИПУ имени Февзи Якубова)

Кафедра начального образования

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ОПОП

Юнусова Э.А.-Г. Юнусова
«11» 06 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

Анафиева Э.Р. Анафиева
«11» 06 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Б1.О.03.03 «Здоровьесберегающие технологии в педагогическом образовании
(в области начального образования)»**

направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
профиль подготовки «Начальное образование»

факультет психологии и педагогического образования

Симферополь, 2021

Рабочая программа дисциплины Б1.О.03.03 «Здоровьесберегающие технологии в педагогическом образовании (в области начального образования)» для бакалавров направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование. Профиль «Начальное образование» составлена на основании ФГОС ВО, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 № 121.

Составитель

рабочей программы



подпись

Э.Ф.Якубова, доц.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры начального образования

от 09.06 2021 г., протокол № 16

Заведующий кафедрой



подпись

Э.Р. Анафиева

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании УМК факультета психологии и педагогического образования

от 11.06 2021 г., протокол № 10

Председатель УМК


подпись

И.В. Зотова

1.Рабочая программа дисциплины Б1.О.03.03 «Здоровьесберегающие технологии в педагогическом образовании (в области начального образования)» для бакалавриата направления подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, профиль подготовки «Начальное образование» .

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

2.1. Цель и задачи изучения дисциплины (модуля)

Цель дисциплины (модуля):

– овладение особенностями применения оздоровительных здоровьесберегающих технологий в отношении обучающихся разного возраста в условиях образовательных организаций.

Учебные задачи дисциплины (модуля):

- сформировать знания о современных технологиях и методах здоровьесбережения детей в социуме;
- развить умения проектировать использование здоровьесберегающих технологий в процессе работы с возрастными группами обучающихся.

2.2. Планируемые результаты освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины Б1.О.03.03 «Здоровьесберегающие технологии в педагогическом образовании (в области начального образования)» направлен на формирование следующих компетенций:

УК-2 - Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

УК-8 - Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций

ОПК-3 - Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов

В результате изучения дисциплины студент должен:

Знать:

- правовые нормы для оценки результатов решения задач; правовые нормы, предъявляемые к способам решения профессиональных задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
- научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций

- основы применения образовательных технологий (в том числе в условиях инклюзивного образовательного процесса), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; основные приемы и типологию технологий индивидуализации обучения

Уметь:

- проектировать решение конкретной задачи проекта путем выбора оптимального способа ее решения на основе действующих правовых норм и имеющихся ресурсов и ограничений
- создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвратить возникновение опасных ситуаций
- взаимодействовать с другими специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума; соотносить виды адресной помощи с индивидуальными образовательными потребностями обучающихся

Владеть:

- правовыми нормами в области, соответствующей профессиональной деятельности; правовыми нормами разработки технического задания проекта, реализации профильной профессиональной работы; проведения профессионального обсуждения результатов деятельности
- навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций
- методами (первичного) выявления детей с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью и др.); действиями (навыками) оказания адресной помощи обучающимся

3. Место дисциплины в структуре ОПОП.

Дисциплина Б1.О.03.03 «Здоровьесберегающие технологии в педагогическом образовании (в области начального образования)» относится к дисциплинам обязательной части и входит в модуль "Здоровьесберегающий" учебного плана.

4. Объем дисциплины (модуля)

(в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся)

Семестр	Общее кол-во часов	кол-во зач. единиц	Контактные часы						СР	Контроль (время на контроль)
			Всего	лек	лаб. зан.	прак. т.зан.	сем. зан.	ИЗ		
4	72	2	28	12		16			44	За

Итого по ОФО	72	2	28	12		16			44	
4	72	2	8	4		4			60	За (4 ч.)
Итого по ЗФО	72	2	8	4		4			60	4

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

Наименование тем (разделов, модулей)	Количество часов														Форма текущего контроля	
	очная форма							заочная форма								
	Всего	в том, числе						Всего	в том, числе							
		л	лаб	пр	сем	ИЗ	СР		л	лаб	пр	сем	ИЗ	СР		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
Тема																
Тема 1. Проблема здоровьесбережения детей и подростков в современном обществе.	13	2		2				9	12						12	ответы на вопросы для самоконтроля
Тема 2. Технологии сбережения физического здоровья детей и подростков.	22	6		8				8	17	2		2			13	устный опрос
Тема 3. Технологии сбережения психического здоровья учащихся.	13	2		2				9	17	2		2			13	устный опрос
Тема 4. Технологии сбережения социального здоровья учащихся.	13	2		2				9	14						14	устный опрос
Тема 5. Технологии формирования здорового образа жизни у учащихся на разных возрастных этапах	11			2				9	8						8	ответы на вопросы для самоконтроля
Всего часов за 4 /4 семестр	72	12		16				44	68	4		4			60	
Форма промеж. контроля	Зачет							Зачет - 4 ч.								
Всего часов дисциплине	72	12		16				44	68	4		4			60	
часов на контроль								4								

5. 1. Тематический план лекций

№ лекц	Тема занятия и вопросы лекции	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ЗФО
1.	Тема 1. Проблема здоровьесбережения детей и подростков в современном обществе. <i>Основные вопросы:</i> Понятие здоровья. состояние здоровья современных школьников. Влияние процесса обучения и его интенсификации на здоровье учащихся.	Акт.	2	
2.	Тема 2. Технологии сбережения физического здоровья детей и подростков. <i>Основные вопросы:</i> Оценка состояния здоровья школьников. контроль физического развития учащихся. Обучение школьников здоровой жизнедеятельности и создание у них мотивации на здоровье и здоровый образ	Акт.	6	2
3.	Тема 3. Технологии сбережения психического здоровья учащихся. <i>Основные вопросы:</i> Психическое здоровье учащихся и его критерии. Влияние биоритмов на психологическое здоровье.	Акт.	2	2
4.	Тема 4. Технологии сбережения социального здоровья учащихся. <i>Основные вопросы:</i> Социальное здоровье учащихся и его критерии. Социальная адаптация школьников. Причины, обуславливающие дезадаптивные состояния, роль учителя в их коррекции.	Акт.	2	
	Итого		12	4

5. 2. Темы практических занятий

№ занятия	Наименование практического занятия	Форма проведения (актив., интерак.)	Количество часов	
			ОФО	ЗФО
1.	Тема 1. Проблема здоровьесбережения детей и подростков в современном обществе. <i>Основные вопросы:</i> Понятие здоровья. состояние здоровья современных школьников Влияние процесса обучения и его интенсификации на здоровье учащихся.	Интеракт.	2	
2.	Тема 2. Технологии сбережения физического здоровья детей и подростков. <i>Основные вопросы:</i> Оценка состояния здоровья школьников. контроль физического развития учащихся. Обучение школьников здоровой жизнедеятельности и создание у них мотивации на здоровье и здоровый образ	Интеракт.	8	2
3.	Тема 3. Технологии сбережения психического здоровья учащихся. <i>Основные вопросы:</i> Психическое здоровье учащихся и его критерии. Группы риска психологического неблагополучия учащихся.	Акт.	2	2
4.	Тема 4. Технологии сбережения социального здоровья учащихся. <i>Основные вопросы:</i> Социальное здоровье учащихся и его критерии. Социальная адаптация школьников Причины, обуславливающие дезадаптивные состояния, роль учителя в их коррекции.	Акт.	2	
5.	Тема 5. Технологии формирования здорового образа жизни у учащихся на разных возрастных этапах <i>Основные вопросы:</i> Вредные привычки и их последствия. Вредные привычки учащихся, профилактика их распространения.	Акт.	2	

	Особенности подверженности вредным привычкам школьников разных возрастных групп			
	Итого		16	4

5.3. Темы семинарских занятий

(не предусмотрены учебным планом)

5.4. Перечень лабораторных работ

(не предусмотрено учебным планом)

5.5. Темы индивидуальных занятий

(не предусмотрено учебным планом)

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

Самостоятельная работа по данной дисциплине включает такие формы работы как: работа с базовым конспектом; подготовка к устному опросу; подготовка ответов на вопросы для самоконтроля; работа с литературой, чтение дополнительной литературы; подготовка к зачету.

6.1. Содержание самостоятельной работы студентов по дисциплине (модулю)

№	Наименование тем и вопросы, выносимые на самостоятельную работу	Форма СР	Кол-во часов	
			ОФО	ЗФО
1	Тема 1. Проблема здоровьесбережения детей и подростков в современном обществе. Основные вопросы: Понятие здоровья. состояние здоровья современных школьников Влияние процесса обучения и его интенсификации на здоровье учащихся.	подготовка ответов на вопросы для самоконтроля	9	12
2	Тема 2. Технологии сбережения физического здоровья детей и подростков. Основные вопросы: Оценка состояния здоровья школьников. контроль физического развития учащихся. Обучение школьников здоровой жизнедеятельности и создание у них мотивации на здоровье и здоровый образ	подготовка к устному опросу	8	13
3	Тема 3. Технологии сбережения психического здоровья учащихся.	подготовка к устному опросу	9	13

	Основные вопросы: Психическое здоровье учащихся и его критерии. Группы риска психологического неблагополучия учащихся.			
4	Тема 4. Технологии сбережения социального здоровья учащихся. Основные вопросы: Социальное здоровье учащихся и его критерии. Социальная адаптация школьников Причины, обуславливающие дезадаптивные состояния, роль учителя в их коррекции.	работа с литературой, чтение дополнительной литературы	9	14
5	Тема 5. Технологии формирования здорового образа жизни у учащихся на разных возрастных этапах Основные вопросы: Вредные привычки и их последствия. Вредные привычки учащихся, профилактика их распространения. Особенности подверженности вредным привычкам школьников разных возрастных групп	подготовка ответов на вопросы для самоконтроля; работа с литературой, чтение дополнительной литературы	9	8
	Итого		44	60

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

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

Дескрипторы	Компетенции	Оценочные средства
УК-2		
Знать	правовые нормы для оценки результатов решения задач; правовые нормы, предъявляемые к способам решения профессиональных задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	устный опрос

Уметь	проектировать решение конкретной задачи проекта путем выбора оптимального способа ее решения на основе действующих правовых норм и имеющихся ресурсов и ограничений	устный опрос
Владеть	правовыми нормами в области, соответствующей профессиональной деятельности; правовыми нормами разработки технического задания проекта, реализации профильной профессиональной работы; проведения профессионального обсуждения результатов деятельности	зачет
УК-8		
Знать	научно обоснованные способы поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций; виды опасных ситуаций; способы преодоления опасных ситуаций	устный опрос
Уметь	создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; различить факторы, влекущие возникновение опасных ситуаций; предотвратить возникновение опасных ситуаций	устный опрос
Владеть	навыками по предотвращению возникновения опасных ситуаций; способами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций	зачет
ОПК-3		
Знать	основы применения образовательных технологий (в том числе в условиях инклюзивного образовательного процесса), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; основные приемы и типологию технологий индивидуализации обучения	устный опрос
Уметь	взаимодействовать с другими специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума; соотносить виды адресной помощи с индивидуальными образовательными потребностями обучающихся	ответы на вопросы для самоконтроля

Владеть	методами (первичного) выявления детей с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью и др.); действиями (навыками) оказания адресной помощи обучающимся	зачет
----------------	---	-------

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

Оценочные средства	Уровни сформированности компетенции			
	Компетентность несформирована	Базовый уровень компетентности	Достаточный уровень компетентности	Высокий уровень компетентности
устный опрос	При ответе обнаружено непонимание студентом основного содержания учебного материала или допущены существенные ошибки, которые учащийся не может исправить при наводящих вопросах учителя	Ответ полный, но при этом допущена существенная ошибка или ответ неполный, несвязный	Ответ полный и правильный на основании изученных теорий; материал изложен в определенной логической последовательности, при этом допущены несущественные неточности	Ответ полный и правильный на основании изученных теорий; материал изложен в определенной логической последовательности, литературным языком; ответ самостоятельный
ответы на вопросы для самоконтроля	неправильный ответ на теоретические вопросы, грубые ошибки в ответе, непонимание сущности излагаемого вопроса; практическая часть или не сделана или выполнена менее 30%	твердое знание и понимание сущности теоретических вопросов с допущением несущественных ошибок; выполнена правильно 50% практических заданий	твердое и достаточно полное знание теоретических вопросов; практические задания выполнены с незначительными ошибками	глубокое исчерпывающее знание теоретических вопросов; верно решены практические задания

зачет	неправильный ответ на теоретические вопросы, грубые ошибки в ответе, непонимание сущности излагаемого вопроса; практическая часть или не сделана или выполнена менее 30%	твердое знание и понимание сущности теоретических вопросов с допущением несущественных ошибок; выполнена правильно 50% практических заданий	твердое и достаточно полное знание теоретических вопросов; практические задания выполнены с незначительными ошибками	глубокое исчерпывающее знание теоретических вопросов; верно решены практические задания
-------	--	---	--	---

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

7.3.1. Примерные вопросы для устного опроса

1. Школьная валеология: научное обоснование и программное обеспечение.
2. Основы валеологического образования детей младшего школьного возраста.
3. Здоровье человека и безопасность государства. Критерии диагностики и оценки здоровья.
4. Роль учителя в воспитании культуры здоровья. Факторы воспитания культуры здоровья.
5. Физиологическая сущность профилактической медицины. Методы и приемы развития органов дыхания, дыхательной системы.
6. Учет наследственных факторов в построении здорового образа жизни. Экологические факторы здоровья и наследственность.
7. Показатели здоровья. Здоровье и его составляющие: физическое, социальное, психическое.
8. Медицинская профилактика заболеваемости, болезней.
9. Охрана здоровья ребенка в медицинских учреждениях.
10. Организация и требования к зрительной работе учащихся. Гигиенические требования к расписанию уроков.

7.3.2. Примерные вопросы для самоконтроля

1. Школьная валеология: научное обоснование и программное обеспечение.
2. Основы валеологического образования детей младшего школьного возраста.
3. Здоровье человека и безопасность государства. Критерии диагностики и оценки здоровья.
4. Роль учителя в воспитании культуры здоровья. Факторы воспитания культуры здоровья.
5. Физиологическая сущность профилактической медицины. Методы и приемы развития органов дыхания, дыхательной системы.
6. Учет наследственных факторов в построении здорового образа жизни. Экологические факторы здоровья и наследственность.
7. Показатели здоровья. Здоровье и его составляющие: физическое, социальное, психическое.
8. Медицинская профилактика заболеваемости, болезней.
9. Охрана здоровья ребенка в медицинских учреждениях.
10. Организация и требования к зрительной работе учащихся. Гигиенические требования к расписанию уроков.

7.3.3. Вопросы к зачету

1. Школьная валеология: научное обоснование и программное обеспечение.
2. Основы валеологического образования детей младшего школьного возраста.
3. Здоровье человека и безопасность государства. Критерии диагностики и оценки здоровья.
4. Роль учителя в воспитании культуры здоровья. Факторы воспитания культуры здоровья.
5. Физиологическая сущность профилактической медицины. Методы и приемы развития органов дыхания, дыхательной системы.
6. Учет наследственных факторов в построении здорового образа жизни. Экологические факторы здоровья и наследственность.
7. Показатели здоровья. Здоровье и его составляющие: физическое, социальное, психическое.
8. Медицинская профилактика заболеваемости, болезней.
9. Охрана здоровья ребенка в медицинских учреждениях.
10. Организация и требования к зрительной работе учащихся. Гигиенические требования к расписанию уроков.
11. Классификация факторов риска «болезней цивилизации».
12. Критерии здоровья и его уровни.
13. Группы признаков, характеризующие и оценивающие здоровье.
14. Питание как потребность, учет состояния организма.

15. Валеологическая оценка некоторых блюд и пищевых веществ.
16. Факторы рациональной организации питания.
17. Валеологический анализ распределения суточного рациона питания.
18. Отравление лекарствами, пищевые отравления.
19. Безопасное поведение в окружающей среде. Безопасность пешеходов, пассажиров.
20. Правила безопасного поведения на воде.
21. Игры, направленные на оптимизацию двигательного режима учащихся начальных классов
22. Роль оздоровительных минуток в начальной школе.
23. Принципы разработки и реализации динамических пауз, оздоровительных минуток, игровых приемов оздоровительно-коррекционной направленности.
24. Факторы риска иммунитета. Физиология иммунитета.

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

7.4.1. Оценивание устного опроса

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Полнота и правильность ответа	Ответ полный, но есть замечания, не более 3	Ответ полный, последовательный, но есть замечания, не более 2	Ответ полный, последовательный, логичный
Степень осознанности, понимания изученного	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 3 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 2 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно
Языковое оформление ответа	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 4	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 2	Речь грамотная, соблюдены нормы культуры речи

7.4.2. Оценивание ответов на вопросы для самоконтроля

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Полнота и правильность ответа	Ответ полный, но есть замечания, не более 3	Ответ полный, последовательный, но есть замечания, не более 2	Ответ полный, последовательный, логичный

Степень осознанности, понимания изученного	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 3 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 2 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно
Языковое оформление ответа	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 4	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 2	Речь грамотная, соблюдены нормы культуры речи
Соблюдение требований к оформлению письменных текстов при письменном опросе	Не более 4 замечаний	Не более 3 замечаний	Правильное оформление ссылок на используемую литературу; грамотность и культура изложения; владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; соблюдение требований к объему реферата; культура оформления: выделение абзацев.

7.4.3. Оценивание зачета

Критерий оценивания	Уровни формирования компетенций		
	Базовый	Достаточный	Высокий
Полнота ответа, последовательность и логика изложения	Ответ полный, но есть замечания, не более 3	Ответ полный, последовательный, но есть замечания, не более 2	Ответ полный, последовательный, логичный
Правильность ответа, его соответствие рабочей программе учебной дисциплины	Ответ соответствует рабочей программе учебной дисциплины, но есть замечания, не более 3	Ответ соответствует рабочей программе учебной дисциплины, но есть замечания, не более 2	Ответ соответствует рабочей программе учебной дисциплины
Способность студента аргументировать свой ответ и приводить примеры	Ответ аргументирован, примеры приведены, но есть не более 3 несоответствий	Ответ аргументирован, примеры приведены, но есть не более 2 несоответствий	Ответ аргументирован, примеры приведены
Осознанность излагаемого материала	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 3 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно, но есть не более 2 несоответствий	Материал усвоен и излагается осознанно
Соответствие нормам культуры речи	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 4	Речь, в целом, грамотная, соблюдены нормы культуры речи, но есть замечания, не более 2	Речь грамотная, соблюдены нормы культуры речи

Качество ответов на вопросы	Есть замечания к ответам, не более 3	В целом, ответы раскрывают суть вопроса	На все вопросы получены исчерпывающие ответы
-----------------------------	--------------------------------------	---	--

7.5. Итоговая рейтинговая оценка текущей и промежуточной аттестации студента по дисциплине

По учебной дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в педагогическом образовании (в области начального образования)» используется 4-балльная система оценивания, итог оценивания уровня знаний обучающихся предусматривает зачёт. Зачет выставляется во время последнего практического занятия при условии выполнения не менее 60% учебных поручений, предусмотренных учебным планом и РПД. Наличие невыполненных учебных поручений может быть основанием для дополнительных вопросов по дисциплине в ходе промежуточной аттестации. Во всех остальных случаях зачет сдается обучающимися в даты, назначенные преподавателем в период соответствующий промежуточной аттестации.

Шкала оценивания текущей и промежуточной аттестации студента

Уровни формирования компетенции	Оценка по четырехбалльной шкале
	для зачёта
Высокий	зачтено
Достаточный	
Базовый	
Компетенция не сформирована	не зачтено

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

Основная литература.

№ п/п	Библиографическое описание	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-метод пособие, др.)	Кол-во в библи.
1.	Зайцев, Г. К. Человек, здоровье созидающий. Валеология по Брехману : учебное пособие / Г. К. Зайцев, А. Г. Зайцев. - Москва : ФЛИНТА, 2017. - 377 с.	Учебные пособия	https://e.lanbook.com/book/97283

2.	Вайнер, Э. Н. Валеология : учеб. практикум / Э. Н. Вайнер, Е. В. Волынская. - 3-е изд., стер. - Москва : ФЛИНТА, 2018. - 310 с.	Учебные пособия	https://e.lanbook.com/book/109527
3.	Лапшина, М. В. Валеологические аспекты питания : учебное пособие / М. В. Лапшина. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2014. — 101 с.— Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/74484 (дата обращения: 23.09.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	Учебные пособия	https://e.lanbook.com/book/74484

Дополнительная литература.

№ п/п	Библиографическое описание	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-метод пособие, др.)	Кол-во в библи.
1.	Abliakimova Fauziia Advance your English [Text]: a manual for self-directed learning / Fauziia Abliakimova ; рец.: А. Д. Белов, Г. М. Коваленко. - Симферополь: Доля, 2010. - 170 с.		2
2.	Applied Oracle security: developing secure database and middleware environments [Text]: монография / David C. Knox [et al.]. - New York. Chicago. San Francisco: McGraw-Hill, 2010. - 614 с.	монография	1

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

- 1.Поисковые системы: <http://www.rambler.ru>, <http://yandex.ru>,
- 2.Федеральный образовательный портал www.edu.ru.
- 3.Российская государственная библиотека <http://www.rsl.ru/ru>
- 4.Государственная публичная научно-техническая библиотека России URL: <http://gpntb.ru>.
- 5.Государственное бюджетное учреждение культуры Республики Крым «Крымская республиканская универсальная научная библиотека» <http://franco.crimea.lib.ru/>
- 6.Педагогическая библиотека <http://www.pedlib.ru/>
- 7.Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (РИНЦ) <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

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

Общие рекомендации по самостоятельной работе бакалавров

Подготовка современного бакалавра предполагает, что в стенах университета он овладеет методологией самообразования, самовоспитания, самосовершенствования. Это определяет важность активизации его самостоятельной работы.

Самостоятельная работа формирует творческую активность бакалавров, представление о своих научных и социальных возможностях, способность вычленять главное, совершенствует приемы обобщенного мышления, предполагает более глубокую проработку ими отдельных тем, определенных программой.

Основными видами и формами самостоятельной работы студентов по данной дисциплине являются: самоподготовка по отдельным вопросам; работа с базовым конспектом; подготовка к устному опросу; подготовка ответов на вопросы для самоконтроля; работа с литературой, чтение дополнительной литературы; подготовка к зачету.

Важной частью самостоятельной работы является чтение учебной литературы. Основная функция учебников – ориентировать в системе тех знаний, умений и навыков, которые должны быть усвоены по данной дисциплине будущими специалистами. Учебник также служит путеводителем по многочисленным произведениям, ориентируя в именах авторов, специализирующихся на определённых научных направлениях, в названиях их основных трудов. Вторая функция учебника в том, что он очерчивает некий круг обязательных знаний по предмету, не претендуя на глубокое их раскрытие.

Чтение рекомендованной литературы – это та главная часть системы самостоятельной учебы бакалавра, которая обеспечивает подлинное усвоение науки. Читать эту литературу нужно по принципу: «идея, теория, метод в одной, в другой и т.д. книгах».

Во всех случаях рекомендуется рассмотрение теоретических вопросов не менее чем по трем источникам. Изучение проблемы по разным источникам – залог глубокого усвоения науки. Именно этот блок, наряду с выполнением практических заданий является ведущим в структуре самостоятельной работы студентов.

Вниманию бакалавров предлагаются список литературы, вопросы к самостоятельному изучению и вопросы к зачету.

Для успешного овладения дисциплиной необходимо выполнять следующие требования:

- 1) выполнять все определенные программой виды работ;
- 2) посещать занятия, т.к. весь тематический материал взаимосвязан между собой и, зачастую, самостоятельного теоретического овладения пропущенным материалом недостаточно для качественного его усвоения;
- 3) все рассматриваемые на занятиях вопросы обязательно фиксировать в отдельную тетрадь и сохранять её до окончания обучения в вузе;
- 4) проявлять активность при подготовке и на занятиях, т.к. конечный результат овладения содержанием дисциплины необходим, в первую очередь, самому бакалавру;
- 5) в случаях пропуска занятий по каким-либо причинам обязательно отрабатывать пропущенное преподавателю во время индивидуальных консультаций.

Внеурочная деятельность бакалавра по данной дисциплине предполагает:

- самостоятельный поиск ответов и необходимой информации по предложенным вопросам;
- выполнение практических заданий;
- выработку умений научной организации труда.

Успешная организация времени по усвоению данной дисциплины во многом зависит от наличия у бакалавра умения самоорганизовать себя и своё время для выполнения предложенных домашних заданий. Объём заданий рассчитан максимально на 2-3 часа в неделю. При этом алгоритм подготовки будет следующим:

- 1 этап – поиск в литературе теоретической информации по предложенным преподавателем вопросам;
- 2 этап – осмысление полученной информации, освоение терминов и понятий;
- 3 этап – составление плана ответа на каждый вопрос;
- 4 этап – поиск примеров по данной проблематике.

Работа с базовым конспектом

Программой дисциплины предусмотрено чтение лекций в различных формах их проведения: проблемные лекции с элементами эвристической беседы, информационные лекции, лекции с опорным конспектированием, лекции-визуализации.

На лекциях преподаватель рассматривает вопросы программы курса, составленной в соответствии с государственным образовательным стандартом. Из-за недостаточного количества аудиторных часов некоторые темы не удастся осветить в полном объеме, поэтому преподаватель, по своему усмотрению, некоторые вопросы выносит на самостоятельную работу студентов, рекомендуя ту или иную литературу.

Кроме этого, для лучшего освоения материала и систематизации знаний по дисциплине, необходимо постоянно разбирать материалы лекций по конспектам и учебным пособиям.

Во время самостоятельной проработки лекционного материала особое внимание следует уделять возникшим вопросам, непонятным терминам, спорным точкам зрения. Все такие моменты следует выделить или выписать отдельно для дальнейшего обсуждения на практическом занятии. В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией. Полный список литературы по дисциплине приведен в рабочей программе дисциплины.

Подготовка ответов на вопросы для самоконтроля

Вопросы для самоконтроля предполагают возможность просмотреть теоретический материал и проработать ошибки, допущенные при ответах на данные вопросы. Они предназначены для получения обучающимся адекватной оценки своих знаний. Для каждого раздела рекомендуется 10–15 вопросов.

Наиболее рациональным при самостоятельной работе над учебным материалом является следующий порядок действий.

1. Внимательно прочитать вопросы для самоконтроля, чтобы заранее знать, на какие моменты следует обратить особое внимание при последующей работе с пособиями.
2. Прочитать источник (источники), стремясь найти ответы на вопросы для самоконтроля и выписывая определения терминов в терминологический словарь (руководствуясь рекомендациями соответствующего раздела). При работе с источником следует также обратить внимание на интерпретацию примеров автором.
3. Последовательно ответить на вопросы для самоконтроля, по возможности не обращаясь к пособию.
4. Выполнить, по возможности, практические задания по теме.
5. Повторно вдумчиво перечитать в тексте пособий места со сведениями по вопросам, на которые Вам не удалось ответить, и попытаться выполнить нерешенные задания.
6. Составить список вопросов, которые Вы намереваетесь задать преподавателю на консультации.

Подготовка к устному опросу

С целью контроля и подготовки студентов к изучению новой темы вначале каждой практического занятия преподавателем проводится индивидуальный или фронтальный устный опрос по выполненным заданиям предыдущей темы.

Критерии оценки устных ответов студентов:

- правильность ответа по содержанию задания (учитывается количество и характер ошибок при ответе);
- полнота и глубина ответа (учитывается количество усвоенных фактов, понятий и т.п.);
- сознательность ответа (учитывается понимание излагаемого материала);
- логика изложения материала (учитывается умение строить целостный, последовательный рассказ, грамотно пользоваться специальной терминологией);
- рациональность использованных приемов и способов решения поставленной учебной задачи (учитывается умение использовать наиболее прогрессивные и эффективные способы достижения цели);
- своевременность и эффективность использования наглядных пособий и технических средств при ответе (учитывается грамотно и с пользой применять наглядность и демонстрационный опыт при устном ответе);
- использование дополнительного материала (обязательное условие);
- рациональность использования времени, отведенного на задание (не одобряется затянутость выполнения задания, устного ответа во времени, с учетом индивидуальных особенностей студентов).

Подготовка к зачету

Зачет является традиционной формой проверки знаний, умений, компетенций, сформированных у студентов в процессе освоения всего содержания изучаемой дисциплины. Обычный зачет отличается от экзамена только тем, что преподаватель не дифференцирует баллы, которые он выставляет по его итогам.

Самостоятельная подготовка к зачету должна осуществляться в течение всего семестра, а не за несколько дней до его проведения.

Подготовка включает следующие действия. Прежде всего нужно перечитать все лекции, а также материалы, которые готовились к семинарским и практическим занятиям в течение семестра. Затем надо соотнести эту информацию с вопросами, которые даны к зачету. Если информации недостаточно, ответы находят в предложенной преподавателем литературе. Рекомендуются делать краткие записи. Речь идет не о шпаргалке, а о формировании в сознании четкой логической схемы ответа на вопрос. Накануне зачета необходимо повторить ответы, не заглядывая в записи. Время на подготовку к зачету по нормативам университета составляет не менее 4 часов.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) (включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости))

Информационные технологии применяются в следующих направлениях:
оформление письменных работ выполняется с использованием текстового редактора;

демонстрация компьютерных материалов с использованием мультимедийных технологий;

использование информационно-справочного обеспечения, такого как: правовые справочные системы (Консультант+ и др.), онлайн словари, справочники (Грамота.ру, Интуит.ру, Википедия и др.), научные публикации.

использование специализированных справочных систем (электронных учебников, справочников, коллекций иллюстраций и фотоизображений, фотобанков, профессиональных социальных сетей и др.).

OpenOffice Ссылка: <http://www.openoffice.org/ru/>

Mozilla Firefox Ссылка: <https://www.mozilla.org/ru/firefox/new/>

Libre Office Ссылка: <https://ru.libreoffice.org/>

Do PDF Ссылка: <http://www.dopdf.com/ru/>

7-zip Ссылка: <https://www.7-zip.org/>

Free Commander Ссылка: <https://freecommander.com/ru>

be Reader Ссылка: <https://acrobat.adobe.com/ru/ru/acrobat/pdf-reader.html>попо

Gimp (графический редактор) Ссылка: <https://www.gimp.org/>

ImageMagick (графический редактор) Ссылка: <https://imagemagick.org/script/index.php>

VirtualBox Ссылка: <https://www.virtualbox.org/>

Adobe Reader Ссылка: <https://acrobat.adobe.com/ru/ru/acrobat/pdf-reader.html>

Операционная система Windows 8.1 Лицензионная версия по договору №471\1 от 11.12.2014 г.

Электронно-библиотечная система Библиокомплектатор

Национальна электронная библиотека - федеральное государственное бюджетное учреждение «Российская государственная библиотека» (ФГБУ «РГБ»)

Редакция Базы данных «ПОЛПРЕД Справочники»

Электронно-библиотечная система «ЛАНЬ»

12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

-компьютерный класс и доступ к сети Интернет (во время самостоятельной подготовки) (должен быть приложен график занятости компьютерного класса);

-проектор, совмещенный с ноутбуком для проведения лекционных занятий преподавателем и презентации студентами результатов работы

-раздаточный материал для проведения групповой работы;

-методические материалы к практическим занятиям, лекции (рукопись, электронная версия), дидактический материал для студентов (тестовые задания, мультимедийные презентации);

-Для проведения лекционных занятий необходима специализированная аудитория, оснащенная интерактивной доской, в которой на стендах размещены необходимые наглядные пособия.