

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»
Балашовский институт (филиал)

УТВЕРЖДАЮ:
Директор БИ СГУ
доцент А.В. Шагилова



20 09 г.

Рабочая программа дисциплины

Охрана жизни и здоровья обучающихся

Направление подготовки

**44.03.05 Педагогическое образование
(с двумя профилями подготовки)**

Профили подготовки

Начальное и дошкольное образование

Квалификация (степень) выпускника

Бакалавр

Форма обучения

Очная

Балашов

2019

Статус	Фамилия, имя, отчество	Подпись	Дата
Преподаватель-разработчик	Тимушкина Нина Викторовна	<i>Тимушкина</i>	30.09.19 ₂
Председатель НМК	Мазалова Марина Алексеевна	<i>Мазалова</i>	30.09.19
Заведующий кафедрой	Тимушкина Нина Викторовна	<i>Тимушкина</i>	30.09.19 ₂
Начальник УМО	Бурлак Наталия Владимировна	<i>Бурлак</i>	30.09.19 ₂

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	3
2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	3
3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	4
4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	5
5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ОСВОЕНИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	10
6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	11
7. ДАННЫЕ ДЛЯ УЧЕТА УСПЕВАЕМОСТИ СТУДЕНТОВ В БАРС.....	22
8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	23
9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	25

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – углубление предметной подготовки в рамках формирования универсальной, общепрофессиональной и профессиональной компетенций УК-8, ОПК-8, ПК-5.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к обязательной части учебного плана, входит в Блок 1 «Дисциплины (модули)».

Изучение данной дисциплины опирается на знания, умения, навыки и опыт, полученные при освоении дисциплин на ранних курсах обучения.

3. Результаты обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты обучения
<p>УК-8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций</p>	<p>1.1_Б.УК-8. Обеспечивает безопасные и комфортные условия труда на рабочем месте.</p>	<p>З_1.1_Б.УК-8. Знает правила безопасного поведения при осуществлении профессиональной деятельности; осознаёт необходимость выполнения этих правил; понимает приоритет принципа безопасности при проектировании образовательной среды.</p>
	<p>2.1_Б.УК-8. Выявляет и устраняет проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте.</p>	<p>У_1.1_Б.УК-8. Умеет находить с помощью специализированных источников и использовать информацию, касающуюся правил безопасного поведения, требований к безопасности образовательной среды.</p> <p>У_2.1_Б.УК-8. Умеет с помощью специальных методик оценивать уровень безопасности образовательной среды, соответствие образовательной практики правилам безопасности, санитарным нормам и правилам.</p>
<p>ОПК-8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний.</p>	<p>1.1_Б.ОПК-8. В профессиональной деятельности опирается на научные знания из области социальных, гуманитарных, естественных и точных наук.</p>	<p>У_1.2_Б.ОПК-8. Умеет проектировать безопасную и здоровьесберегающую, психологически комфортную образовательную среду на основе знания закономерностей физического, психического и социального развития обучающихся, требований санитарных норм и правил, норм безопасности.</p>
<p>ПК-2. Способен осуществлять организационную деятельность по обеспечению психологического сопровождения процессов обучения, развития, воспитания и социализации обучающихся.</p>	<p>1.1_Б.ПК-2. Осуществляет психологическое сопровождение в условиях образовательной среды.</p>	<p>З_1.1_Б.ПК-2. Знает основные принципы, направления и подходы психологического сопровождения процессов обучения, развития, воспитания и социализации обучающихся различных категорий (социально-демографических групп, а также обучающихся с различными особенностями поведения, здоровья и развития).</p>

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
				Всего часов	Лекции	Практическая работа	Самостоятельная работа	
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	Введение в дисциплину «Охрана жизни и здоровья обучающихся»	4		4	2	–	2	Реферат
	Здоровье и факторы, его составляющие	4		6	2	2	2	Опрос, тест, доклад, реферат, презентация, ситуационные задачи
	Здоровый образ жизни и его составляющие	4		3	1	-	2	Реферат, презентация
	Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни	4		3	1	-	2	Реферат, презентация
	Здоровьесбережение в учебно-воспитательном процессе	4		8	2	2	4	Опрос, тест, доклад, реферат, презентация, ситуационные задачи
	Диагностика состояния здоровья и оздоровительная работа	4		10	2	2	6	Опрос, тест, доклад, реферат, презентация, ситуационные задачи
	Организация здорового рационального питания обучающихся	4		8	2	–	6	Реферат, презентация
	Комплексная безопасность образовательной организации.	4		8	2	2	4	Опрос, тест, доклад, реферат, презентация, ситуационные задачи
	Современная школа как пространство заботы	4		10	2	2	6	Опрос, тест, доклад, реферат,

	о жизни и здоровье обучающихся.							презентация, ситуационные задачи
	Психолого-педагогическая помощь обучающимся с проблемами поведения.	4		12	4	2	6	Опрос, тест, доклад, реферат, презентация, ситуационные задачи
				72	20	12	40	
	Промежуточная аттестация							Зачет в 4 семестре
	Общая трудоемкость дисциплины	2 з.е., 72 часа						

Содержание дисциплины

Введение в дисциплину «Охрана жизни и здоровья обучающихся». Общие положения и основные понятия. Цели, задачи, предмет дисциплины. Виды опасных ситуаций и вредных факторов образовательной организации. Причины происшествий, опасных ситуаций, травматизма и заболеваний в образовательной организации. Концепция обеспечения безопасности образовательной организации. Система безопасности образовательной организации и ее элементы. Законодательные и нормативно-правовые акты в области обеспечения безопасности и сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

Здоровье и факторы, его определяющие. Методологические подходы к определению понятия «здоровье». Определение понятия «здоровье», принятое Всемирной организацией здравоохранения. Норма и патология. Здоровье и болезнь. Переходное состояние. Факторы, определяющие здоровье человека, и их значение. Основные компоненты здоровья человека и их характеристика: соматическое, физическое, репродуктивное, психическое, социальное. Критерии здоровья. Отношение населения к здоровью. Оценка здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие.

Здоровьесбережение в учебно-воспитательном процессе. Понятие здоровьесбережения в образовательном процессе. Факторы негативного влияния на здоровье обучающихся. Организационно-гигиенические условия обеспечения образовательного процесса. Физиолого-гигиеническая позиция организации учебно-воспитательного процесса в образовательной организации. Составление и оценивание расписания уроков с физиолого-гигиенических позиций. Гигиеническая организация и оценка урока и перемен. Психолого-педагогическая и медицинская оценка готовности обучающихся. Здоровьесберегающая педагогика на уроке. Дискомфортные (дезадаптивные) состояния обучающихся.

Психологическая/психосоматическая/психофизическая эффективность педагогических приемов и методов на уроке. Использование в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий (здоровьесберегающее обучение). Двигательная активность обучающихся в процессе обучения, использование режима свободных динамических поз, организацию активного отдыха на переменах. Введение здоровьесберегающих технологий и методов обучения, ассоциативный тренинг, развитие сенсорной координации, развитие слуховой зрительной памяти и образного мышления. Физкультурно- оздоровительная работа по здоровьесбережению.

Диагностика состояния здоровья и оздоровительная работа. Комплексную оценку состояния здоровья и физического развития с определением функционально резервных возможностей организма. Организация коррекционно- реабилитационной работы, имеющие в качестве основных своих разделов профилактику и коррекцию основных видов патологий, акцентуализацию личности, предупреждение девиантного поведения у обучающихся, воспитанников, стрессовых и конфликтных ситуаций в коллективе. Применение немедикаментозных методов оздоровления; различных видов гимнастики, элементов психотерапии и др. Консультативная работа по здоровьесбережению с привлечением педагогов и родителей. Сохранение и укрепление психологического здоровья учащихся. Педагогическая психогигиена. Индивидуальные и личностные психофизические особенностей обучающихся. Латентные психогенные воздействия на здоровье обучающихся. Влияние биоритмов на психологическое здоровье учащихся. Школьные стрессы и дидактогении. Психолого-педагогические методы коррекции состояния обучающихся и укрепления их психологического здоровья. Методы психофизической саморегуляции.

Организация здорового рационального питания обучающихся.

Понятие рационального питания. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы, требования к организации питания обучающихся в общеобразовательной организации. Ежедневный рацион обучающихся. Витаминизированное питание с целью укрепления здоровья.

Комплексная безопасность образовательной организации. Организация охраны школьных зданий и территории. Плановая работа по антитеррористической защищенности образовательного учреждения. Плановая работа по гражданской обороне. Пожарная безопасность и требований электробезопасности. Охрана труда и техника безопасности. Профилактика правонарушений и предупреждение проникновения в школу наркотических средств и психотропных веществ. Профилактика детского травматизма, в том числе дорожно-транспортного, на занятиях и внеурочное время. Готовность к действиям в случае возникновения ЧС (пожар, угроза теракта, авария и др.) и оказания первой медицинской помощи. Профилактические мероприятия по обеспечению безопасности на воде, проводимые в ООУ: зимой, весной, летом, осенью.

Современная школа как пространство заботы о жизни и здоровье обучающихся. Общее представление о здоровьесберегающем пространстве школы. Создание здоровых и безопасных условий труда и учебы в образовательной организации. Организация медицинской и социально-психологической службы в образовательной организации. Взаимодействие образовательной организации при обеспечении безопасности и сохранения жизни и здоровья обучающихся с другими государственными структурами общественными организациями. Агитация и пропаганда культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности.

Психолого-педагогическая помощь обучающимся с проблемами поведения. Школьная дезадаптация. Дидактогении. Дети с педагогической и социальной запущенностью и пониженной обучаемостью. Школьная дезадаптация детей и подростков с психическими расстройствами. Невротические реакции и неврозы. Основные характеристики невротических расстройств в детском возрасте. Особые виды невротических расстройств детского и подросткового возраста

Психологические особенности гиперактивных детей и условия коррекции гиперактивности. Определение и причины гиперактивности. Диагностические признаки гиперактивности. Формы психолого-педагогической помощи гиперактивному ребенку. Особенности работы с родителями гиперактивного ребенка. Коррекция гиперактивности: игры и упражнения.

Понятие агрессивности и агрессии. Виды агрессивности у детей и подростков. Диагностические признаки агрессивности. Психолого-педагогическая работа с гневом. Обучение навыкам распознавания и контроля негативных эмоций. Формирование способности к эмпатии, доверию, сочувствию, сопереживанию. Работа с родителями агрессивного ребенка.

Детская тревожность и замкнутость: причины и условия коррекции. Определение понятий. Причины детской тревожности и замкнутости. Диагностические признаки тревожного ребенка, психологические маркеры замкнутости. Способы повышения самооценки тревожности ребенка. Обучение детей умению управлять своим поведением. Методы и приемы снятия мышечного напряжения.

5. Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины (модуля)

Основные образовательные технологии, применяемые при изучении дисциплины

- Технология развития критического мышления и проблемного обучения (реализуется при решении учебных задач проблемного характера).
- Технология контекстного обучения – обучение в контексте профессии (реализуется в учебных заданиях, учитывающих специфику направления и профиля подготовки).
- Технология интерактивного обучения (реализуется в форме учебных заданий, предполагающих взаимодействие обучающихся, использование активных форм обратной связи).

Адаптивные образовательные технологии, применяемые при изучении дисциплины

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья предполагается использование при организации образовательной деятельности адаптивных образовательных технологий в соответствии с условиями, изложенными в ОПОП (раздел «Особенности организации образовательного процесса по образовательным программам для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья»), в частности: предоставление специальных учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, и т. п. – в соответствии с индивидуальными особенностями обучающихся.

При наличии среди обучающихся лиц с ограниченными возможностями здоровья в раздел «Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины» рабочей программы вносятся необходимые уточнения в соответствии с «Положением об организации образовательного процесса, психолого-педагогического сопровождения, социализации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся в БИ СГУ» (П 8.70.02.05-2016).

Информационные технологии, применяемые при изучении дисциплины

- Использование информационных ресурсов, доступных в информационно-телекоммуникационной сети Интернет (см. перечень ресурсов в п. 8 настоящей программы).
- Создание электронных документов (компьютерных презентаций, видеофайлов и т. п.).
- Проверка файла работы на заимствования с помощью ресурса «Антиплагиат».

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.

Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

6.1. Самостоятельная работа студентов по дисциплине

6.1.1. Подготовка к практическим занятиям

Примерные темы практических занятий

Тема 1. Здоровье и факторы, его определяющие.

Вопросы темы:

1. Методологические подходы к определению понятия «здоровье».
2. Определение понятия «здоровье», принятое Всемирной организацией здравоохранения.
3. Норма и патология. Здоровье и болезнь. Переходное состояние.
4. Факторы, определяющие здоровье человека, и их значение.
5. Основные компоненты здоровья человека и их характеристика: соматическое, физическое, репродуктивное, психическое, социальное.
6. Критерии здоровья. Отношение населения к здоровью. Оценка здоровья.
7. Здоровый образ жизни и его составляющие.

Предварительная работа студентов:

1) Повторить изученные в теме учебные вопросы, используя конспект и рекомендованную литературу.

2) Подготовиться к практическому занятию, ответить на контрольные вопросы:

- определение понятия «здоровье», принятое Всемирной организацией здравоохранения;
- норма и патология. Здоровье и болезнь. Переходное состояние;
- факторы, определяющие здоровье человека, и их значение;
- основные компоненты здоровья человека и их характеристика: соматическое, физическое, репродуктивное, психическое (душевное), социальное, духовно-нравственное здоровье;
- отношение населения к здоровью;
- оценка здоровья;
- методы оценки физического здоровья;
- определение понятия «здоровый образ жизни»;
- составляющие здорового образа жизни (рациональное питание, оптимальный режим двигательной активности, рациональная организация труда и отдыха, культивация положительных эмоций, отказ от вредных привычек и т.д.).
- практические задания. Научиться проводить простейшие функциональные пробы и интерпретировать полученные результаты.

1. Ортостатическая проба. Утром после сна или после 5 мин. отдыха лежа измерить пульс в течении 1 мин, встать и через 1 мин. спокойного стояния еще раз измерить пульс в течение 1 мин. Разница 0-12 – хорошее состояние сердечно-сосудистой системы и

физической тренированности, 13-18 – удовлетворительное состояние, 19-25 – неудовлетворительное состояние (нетренированный организм или усталость), более 25 ударов – переутомление, какое-либо заболевание.

2. Функциональная проба с приседанием. Перед проведением пробы необходимо отдохнуть стоя 3-4 мин. Подсчитывается пульс за 15 сек. с пересчетом на 1 мин (исходный пульс), выполняется 20 приседаний за 40 сек. Сразу после приседаний вновь подсчитывается частота пульса в течение первых 15 сек, с пересчетом на 1 мин.

Определяется увеличение частоты пульса после приседаний по сравнению с исходными данными в процентах.

Отличное функциональное состояние сердечно-сосудистой системы – увеличение пульса не более, чем на 20%; хорошее – 21-40%; удовлетворительное – 41-65%; плохое – 66-75%, очень плохое – 76% и более.

3. Лестничный тест. В нормальном темпе подняться без остановки на 4 этаж и подсчитать пульс. Оценка: – "отлично" – < 100 уд/мин; – "хорошо" – <120 уд/мин; – "посредственно" – <140 уд/мин; "неудовлетворительно" – >140 уд/мин.

Тема 2. Здоровьесбережение в учебно-воспитательном процессе.

Вопросы темы:

1. Понятие здоровьесбережения в образовательном процессе.
2. Факторы образовательной среды негативного влияния на здоровье обучающихся.
3. Организационно-гигиенические условия обеспечения образовательного процесса.
4. Физиолого-гигиеническая позиция организации учебно-воспитательного процесса в образовательной организации.
5. Составление и оценивание расписания уроков с физиолого-гигиенических позиций.
6. Гигиеническая организация и оценка урока и перемен.
7. Психолого-педагогическая и медицинская оценка готовности обучающихся.
8. Здоровьесберегающая педагогика на уроке.
9. Дискомфортные (дезадаптивные) состояния обучающихся.
10. Психофизическая эффективность педагогических приемов и методов на уроке.
11. Использование в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий (здоровьесберегающее обучение).
12. Двигательная активность обучающихся в процессе обучения, использование режима свободных динамических поз, организацию активного отдыха на переменных.
13. Физкультурно-оздоровительная работа по здоровьесбережению.
14. Введение здоровьесберегающих технологий и методов обучения, ассоциативный тренинг, развитие сенсорной координации, развитие слуховой зрительной памяти и образного мышления.

Предварительная работа студентов:

- 1) Повторить изученные в теме учебные вопросы, используя конспект и рекомендованную литературу.
- 2) Подготовиться к практическому занятию:
 - ответить на контрольные вопросы темы (см. выше);
 - провести оценку условий обеспечения образовательного процесса, организации учебно-воспитательного процесса в образовательной организации; составление и оценивание расписания уроков с физиолого-гигиенических позиций; оценить организацию урока и перемен с физиолого-гигиенической позиции;
 - определить эффективность педагогических приемов и методов на уроке;

Тема 3. Диагностика состояния здоровья и оздоровительная работа.

Вопросы темы:

1. Комплексная оценка состояния здоровья и физического развития с определением функционально резервных возможностей организма.
2. Организация коррекционно-реабилитационной работы, имеющие в качестве основных своих разделов профилактику и коррекцию основных видов патологий,

акцентуализацию личности, предупреждение девиантного поведения у обучающихся, воспитанников, стрессовых и конфликтных ситуаций в коллективе.

3. Применение немедикаментозных методов оздоровления; различных видов гимнастики, элементов психотерапии и др.
4. Консультативная работа по здоровьесбережению с привлечением педагогов и родителей.
5. Сохранение и укрепление психологического здоровья учащихся.
6. Педагогическая психогигиена.
7. Индивидуальные и личностные психофизические особенностей обучающихся.
8. Латентные психогенные воздействия на здоровье обучающихся.
9. Влияние биоритмов на психологическое здоровье учащихся.
10. Школьные стрессы и дидактогении.
11. Психолого-педагогические методы коррекции состояния обучающихся и укрепления их психологического здоровья.
12. Методы психофизической саморегуляции.

Предварительная работа студентов:

- 1) Повторить изученные в теме учебные вопросы, используя конспект и рекомендованную литературу.
- 2) Подготовиться к практическому занятию, ответить на контрольные вопросы, представленные как вопросы темы.
- 3) Составить рекомендации по сохранению и укреплению психологического здоровья.

Тема 4. Комплексная безопасность образовательной организации.

Вопросы темы:

1. Организация охраны школьных зданий и территории.
2. Антитеррористической защищенности образовательного учреждения.
3. Гражданская оборона в общеобразовательной организации.
4. Пожарная безопасность и требований электробезопасности.
5. Охрана труда и техника безопасности.
6. Профилактика правонарушений и предупреждение проникновения в школу наркотических средств и психотропных веществ.
7. Профилактика детского травматизма, в том числе дорожно-транспортного, на занятиях и внеурочное время.
8. Готовность к действиям в случае возникновения ЧС (пожар, угроза теракта, авария и др.) и оказания первой медицинской помощи.
9. Профилактические мероприятия по обеспечению безопасности на воде, проводимые в ООУ: зимой, весной, летом, осенью.

Предварительная работа студентов:

- 1) Повторить изученные в теме учебные вопросы, используя конспект и рекомендованную литературу.
- 2) Подготовиться к практическому занятию, ответить на контрольные вопросы.
- 3) Разработать рекомендации, памятки, планы по пунктам определяющим комплексную безопасность образовательной организации.

Тема 5. Современная школа как пространство заботы о жизни и здоровье обучающихся.

Вопросы темы:

1. Общее представление о здоровьесберегающем пространстве школы.
2. Создание здоровых и безопасных условий труда и учебы в образовательной организации.

3. Организация медицинской и социально-психологической службы в образовательной организации.

4. Взаимодействие образовательной организации при обеспечении безопасности и сохранения жизни и здоровья обучающихся с другими государственными структурами и общественными организациями.

5. Агитация и пропаганда культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности.

Предварительная работа студентов:

1) Повторить изученные в теме учебные вопросы, используя конспект и рекомендованную литературу.

2) Подготовиться к практическому занятию, ответить на контрольные вопросы:

3) Разработать и представить материал по пропаганде культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности.

Тема 6. Психолого-педагогическая помощь обучающимся с проблемами поведения.

Вопросы темы:

1. Неврозы. Причины. Клиническая картина.

2. Школьная дезадаптация.

3. Дидактогении.

4. Дети с педагогической и социальной запущенностью и пониженной обучаемостью.

5. Основные характеристики невротических расстройств в детском возрасте.

6. Особые виды невротических расстройств детского и подросткового возраста

Предварительная работа студентов:

1) Повторить изученные в теме учебные вопросы, используя конспект и рекомендованную литературу.

2) Подготовиться к практическому занятию, ответить на контрольные вопросы.

3) Разработать рекомендации, памятки родителям обучающихся с проблемами поведения.

6.1.2. Реферат

Тематика рефератов

1. Основы поддержания здорового состояния позвоночника.

2. ВИЧ - клиника, профилактика

3. Организация, содержание, формы и средства гигиенического воспитания учащихся по вопросам рационального питания.

4. Профилактика и коррекция стресса

5. Дидактогении

6. Формирование мотивации и установки здорового образа жизни

7. Формирования личности ребенка в семье, отягощенной алкогольной зависимостью

8. Общие положения и основные понятия обеспечения безопасности образовательных учреждений.

9. Виды опасных ситуаций и вредных факторов в ОУ.

10. Причины происшествий, опасных ситуаций, травматизма и заболеваний в ОУ.

11. Правовое обеспечение безопасности и сохранения здоровья учащихся.

12. Комплексное планирование безопасности ОУ.

13. Пропаганда культуры здоровья и безопасности.

14. Обеспечение комплексной безопасности образовательных учреждений.

15. Организация мероприятий по противодействию терроризму в ОУ.

16. Электротравматизм в ОУ: причины, воздействие электрического тока на человека, средства защиты от поражения электротоком, первая помощь пострадавшим от электротока.
17. Противопожарная профилактика в ОУ.
18. Подготовка работников к действиям в опасных ситуациях.
19. Служебная дисциплина как элемент безопасности.
20. Профессиональная этика.
21. Этикет и культура поведения как факторы безопасности.

Методические рекомендации

Реферат, как форма самостоятельной научной работы студентов, - это краткий обзор максимального количества доступных публикаций по заданной теме, с элементами сопоставительного анализа данных материалов и с последующими выводами. При проведении обзора должна проводиться и исследовательская работа, но объем ее ограничен, так как анализируются уже сделанные предыдущими исследователями выводы и в связи с небольшим объемом данной формы работы. Преподаватель рекомендует литературу, которая может быть использована для написания реферата.

Критерии оценивания

8-10 баллов - выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

4-7 баллов – основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

3-6 баллов – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

0-2 балла – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

6.1.3. Решение проблемных задач

Методические рекомендации

Проблемная задача – это задание, которое ориентирует учащихся на решение какой-либо проблемы, связанной с содержанием учебного предмета, которое необходимо выполнить или на которое необходимо отреагировать.

Решение проблемных задач показывает степень формирования у студентов практических навыков. В зависимости от изучаемой темы преподаватель предлагает студентам для решения задачи.

Задачи – это препарированные в учебных целях различные, жизненные ситуации, требующие конкретного решения на определенной научно-практической основе.

В процессе решения задач осваиваются алгоритмы творческого мышления, без овладения которыми невозможно успешное решение практических проблем. Эти алгоритмы включают в себя:

- изучение конкретной ситуации (отношения), требующей решения;
- оценка или квалификация этой ситуации (отношения);
- принятие решения, разрешающего конкретную заданную ситуацию;

- обоснование принятого решения, его формулирование в письменном виде;
- проецирование решения на реальную действительность, прогнозирование процесса его исполнения, достижения тех целей, ради которых оно принималось.

Условия задач включают все фактические обстоятельства, необходимые для вынесения определенного решения по спорному вопросу, сформулированному в тексте задачи.

В ответе на поставленный в задаче вопрос (вопросы) необходимо дать обоснованную оценку предложенной ситуации. При решении задач недопустимо ограничиваться однозначным ответом "да" или "нет".

1. Ситуационная задача. В учебном заведении замечен посторонний человек, который ведет себя подозрительно. У него в руках объемный пакет, в котором угадывается коробка. Вопрос: что надо делать студенту, если он заметил такого человека?

2. Ситуационная задача. Учащиеся захвачены террористами. Террористы угрожают заложникам расстрелом, говорят о том, что если они попытаются каким-либо образом связаться с внешним миром или не будут выполнять требования террористов, то их свяжут или закуют в наручники, лишат пищи, воды и сна и т.д. Задача: отработать навыки правильного поведения при захвате в качестве заложников.

6.1.4. Тест по материалу дисциплины

Демонстрационный вариант теста

На каждый вопрос найдите правильный ответ и выпишите его.

1. Всемирная организация здравоохранения определяет здоровье как:

- а) способность сохранять соответствующую возрасту устойчивость в условиях резких изменений количественных и качественных параметров триединого потока сенсорной, вербальной и структурной информации;
- б) сохранение и развитие психических, физических и биологических способностей человека, его оптимальной трудоспособности, социальной активности при максимальной продолжительности жизни;
- в) состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

2. Главным фактором, определяющим здоровье, является ...

- а) экология;
- б) наследственность;
- в) образ жизни;
- г) уровень развития здравоохранения.

3. Главной составляющей здорового образа жизни является:

- а) рациональное питание;
- б) двигательный режим;
- в) закаливание организма;
- г) личная и общественная гигиена.

4. Вторичная профилактика заболеваний – это:

- а) комплекс мероприятий, направленных на предупреждение возникновения заболеваний

б) комплекс мероприятий, направленных на предупреждение прогрессирования имеющегося заболевания

в) система политических, социальных, экономических, законодательных, воспитательных, санитарно-технических, санитарно-гигиенических, противоэпидемических и медицинских мероприятий, планомерно проводимых государственными институтами и общественными организациями с целью обеспечения всестороннего развития физических и духовных сил граждан, устранения факторов, вредно действующих на здоровье населения

5. Признаки, не характерные для правильной осанки:

- а) развернутые плечи, ровная спина;
- б) приподнятая грудь;
- в) запрокинутая или опущенная голова;
- г) через ухо, плечо, тазобедренный сустав и лодыжку можно провести прямую линию.

6. Лордоз – это ...

- а) искривление позвоночника влево.
- б) искривление позвоночника назад.
- в) искривление позвоночника вправо.
- г) искривление позвоночника вперед.

7. Неправильная осанка приводит ко многим отклонениям в состоянии здоровья человека, кроме...

- а) уменьшению объема легких (до 30 и более %);
- б) повышению утомляемости, снижению концентрации внимания, объема памяти;
- в) снижению притока крови и кислорода к мозгу и сенсорным окончаниям;
- г) появлению боли в спине, ногах; д) повышению температуры тела.

8. Условием укрепления здоровья, совершенствования силовых и волевых качеств является:

- а) закаливание организма;
- б) участие в соревнованиях;
- в) ежедневная утренняя гимнастика;
- г) выполнение физических упражнений.

9. Главной причиной нарушения осанки является ...

- а) слабость мышц;
- б) стрессы;
- в) недостаток витамина Д;
- г) недостаток кальция и фосфора.

10. Главным средством устранения нарушений осанки является:

- а) массаж;
- б) силовые упражнения;
- в) правильное питание;
- г) закаливание.

11. Что понимается под закаливанием?

- а) купание в холодной воде и хождение босиком;

- б) приспособление организма к воздействиям внешней среды;
- в) укрепление здоровья;
- г) сочетание воздушных и солнечных ванн с гимнастикой и подвижными играми.

12. Здоровый образ жизни - это способ жизнедеятельности, направленный:

- а) на развитие физических качеств людей;
- б) поддержание высокой работоспособности людей;
- в) сохранение и улучшение здоровья людей;
- г) подготовку к профессиональной деятельности.

13. Правильной можно считать осанку, если вы, стоя у стены, касаетесь ее:

- а) затылком, ягодицами, пятками;
- б) лопатками, ягодицами, пятками;
- в) затылком, спиной, пятками;
- г) затылком, лопатками, ягодицами, пятками.

14. Осанкой называется:

- а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
- б) пружинные характеристики позвоночника и стоп;
- в) привычная поза человека в вертикальном положении;
- г) силуэт человека.

15. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья, потому что:

- а) обеспечивает ритмичность работы организма;
- б) позволяет правильно планировать дела в течение дня;
- в) позволяет избегать неоправданных физических напряжений

16. К принципам рационального питания относятся все, кроме:

- а) энергетический;
- б) сбалансированность питания;
- в) систематичность

17. Дистресс оказывает на организм...

- а) позитивное влияние;
- б) негативное влияние;
- в) укрепляет нервную систему.

18. Для организации и ведения здорового образа жизни рекомендуется учитывать:

- а) экологические условия жизни;
- б) социальный статус;
- в) жилищные условия;
- г) индивидуальный конституционный тип

19. Ведение здорового образа жизни начинается с...

- а) создания благоприятных экологических условий;
- б) самоанализа и самоконтроля;
- в) организации досуга;
- г) обеспечения материального благополучия

20. К школьным формам патологии относятся:

- а) острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ)

- б) невроты
- в) кишечные инфекции

21. Ганс Селье выделял следующие стадии в развитии стресса...

- а) стадия тревоги
- б) стадия развития
- в) стадия истощения

22. Назовите основные двигательные качества?

- а) количество движений в единицу времени, максимальная амплитуда движений, мышечная сила
- б) гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества
- в) состояние мышц, выражающее их готовность к выполнению движений

23. Что такое режим дня?

- а) порядок выполнения повседневных дел
- б) установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, питание, отдых и сон
- в) перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения

24. Назовите питательные вещества, имеющие энергетическую ценность?

- а) белки, жиры, углеводы, минеральные соли
- б) вода, белки, жиры и углеводы
- в) белки, жиры, углеводы

25. Каково соотношение основных питательных веществ?

- а) белки – 1 часть, жиры – 1 часть, углеводы – 1 часть
- б) белки – 1 часть, жиры – 2 части, углеводы – 4 части
- в) белки – 1 часть, жиры – 1 часть, углеводы – 4 части

26. Что такое двигательная активность?

- а) количество движений, необходимых для работы организма
- б) выполнение каких-либо движений в повседневной деятельности
- в) любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие

27. В какое время суток работоспособность человека в соответствии с суточными биоритмами наиболее низкая?

- а) с 17 до 21 часа
- б) с 21 до 1 часа
- в) с 1 до 5 часов

28. К физическим стрессорам относятся все, кроме ...

- а) воздействие холода
- б) воздействие яда
- в) воздействие негативной информации

Методические рекомендации по подготовке

Тест состоит из 25 вопросов с 3 вариантами ответов.

Уровень выполнения текущих тестовых заданий оценивается в баллах, которые затем переводятся в оценку. Баллы выставляются следующим образом:

- правильное выполнение задания, где надо выбрать один верный ответ – **0,4 балла**;
- неправильное выполнение задания, где надо выбрать один верный ответ – **0 баллов**;

Оценка соответствует следующей шкале:

<i>Отметка</i>	<i>Кол-во баллов</i>	<i>Процент верных ответов</i>
Отлично	9-10	Свыше 90 %
Хорошо	7-8	71 – 90 %
Удовлетворительно	5-6	51 – 70 %
Неудовлетворительно	0-4	менее 50 %

6.2. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости по дисциплине

В связи с принятой в СГУ имени Н. Г. Чернышевского балльно-рейтинговой системой учета достижений студента (БАРС) баллы полученные в ходе текущего контроля, распределяются по четырем группам:

- лекции;
- практические занятия;
- самостоятельная работа;
- другие виды учебной деятельности.

1. Посещение лекций и участие в формах экспресс-контроля – от 0 до 20 баллов (по 2 балла за блиц-опрос). Блиц-опрос осуществляется по материалу лекции.

2. Посещение практических занятий, выполнение программы занятий – от 0 до 12 баллов (по 1 баллу за выполнение программы занятия).

Планы практических занятий см. в разделе 6.1.1.

3. Самостоятельная работа:

– подготовка и защита реферата – до 15 баллов (тематику рефератов, требования к ним и рекомендации по выполнению см. в разделе 6.1.2);

– подготовка ситуационных задач – до 15 баллов (примерные варианты проблемных задач см. в разделе 6.1.3).

4. Автоматизированное тестирование – не предусмотрено.

5. Другие виды учебной деятельности: участие в семинаре-конференции - от 0 до 8 баллов.

6.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации по дисциплине

Зачет проводится в форме круглого стола на тему «Охрана жизни и здоровья обучающихся в образовательной организации: современное состояние и перспективы развития».

Каждый студент готовит к заседанию круглого стола небольшое выступление (5–7 минут) по одному из тематических направлений:

- 1) Виды опасных ситуаций и вредных факторов образовательной организации.
- 2) Причины происшествий, опасных ситуаций, травматизма и заболеваний в образовательной организации.
- 3) Система безопасности образовательной организации и ее элементы.
- 4) Законодательные и нормативно-правовые акты в области обеспечения безопасности и сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

- 5) Здоровье и факторы, его определяющие.
- 6) Понятие о неотложных состояниях, причины и факторы, их вызывающие.
- 7) Здоровьесбережение в учебно-воспитательном процессе.
- 8) Диагностика состояния здоровья и оздоровительная работа.
- 9) Организация здорового рационального питания обучающихся.
- 10) Комплексная безопасность образовательной организации.
- 11) Современная школа как пространство заботы о жизни и здоровье обучающихся.
- 12) Психолого-педагогическая помощь гиперактивным детям
- 13) Психолого-педагогическая помощь тревожным детям

Задачи студента:

- охарактеризовать выбранный объект, дать слушателям представление о нем;
- соотнести проблематику дисциплины с актуальными вопросами современной жизни, проблемами воспитания, образования, с проблемами физической культуры и спорта;
- сформулировать собственную оценку анализируемого произведения, предложить пути использования данного материала в практической деятельности педагога;
- продемонстрировать умение участвовать в дискуссии, аргументированно излагать свое мнение, задавать вопросы и отвечать на них, пользоваться средствами наглядности при выступлении.

Студент может получить максимально 25 баллов.

7. Данные для учета успеваемости студентов в БАРС

Таблица 1. Таблица максимальных баллов по видам учебной деятельности

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Семестр	Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Автоматизированное тестирование	Другие виды учебной деятельности	Промежуточная аттестация	Итого
4	20	0	12	30	0	8	30	100

Программа оценивания учебной деятельности студента 4 семестр

Лекции

Посещаемость, опрос, активность и др. за семестр – от 0 до 20 баллов.

Лабораторные занятия

Не предусмотрены.

Практические занятия

Контроль выполнения практических заданий в течение семестра - от 0 до 12 балла.

Самостоятельная работа

1. Подготовка рефератов (от 0 до 5 баллов).
2. Решение и составление ситуационных задач (от 0 до 8 баллов).
3. Подготовка докладов (от 0 до 10 баллов).
4. Подготовка мультимедийных презентаций (от 0 до 12 баллов).

Автоматизированное тестирование Не предусмотрены.

Дополнительно

Виды учебной деятельности, не вошедшие в предыдущие колонки таблицы - от 0 до 8 баллов.

Промежуточная аттестация. Зачет.

21-30 баллов – ответ на «отлично»

11-20 баллов – ответ на «хорошо»

6-10 баллов – ответ на «удовлетворительно»

0-5 баллов – неудовлетворительный ответ.

Таким образом, максимально возможная сумма баллов за все виды учебной деятельности студента по дисциплине «Охрана жизни и здоровья обучающихся» составляет 100 баллов.

Таблица 2. Пересчет полученной студентом суммы баллов в зачет

61–100 баллов	«зачтено»
0–60 баллов	«не зачтено»

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

а) литература

1. Михайлов, Л. А. Обеспечение безопасности образовательного учреждения : учебное пособие / Л. А. Михайлов, Е. Л. Шевченко, Ю. В. Громов. – Москва : Академия, 2010. – 176 с.
2. Кисляков, П. А. Безопасность образовательного учреждения : учебно-методический комплекс / П. А. Кисляков, А. А. Михайлов. – Шуя, 2011. – 219 с. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/140835> (дата обращения: 16.04.2021).
3. Айзман, Р. И. Основы безопасности жизнедеятельности : учебное пособие / Р. И. Айзман, Н. С. Шуленина, В. М. Ширшова ; под редакцией А. Я. Тернер. – Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. – 247 с. – ISBN 978-5-379-02005-7. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/65282.html> (дата обращения: 25.04.2021).
4. Артюнина, Г. П. Основы медицинских знаний: здоровье, болезнь и образ жизни : учебное пособие / Г. П. Артюнина, С. А. Игнаткова. – Москва : Академический Проект, 2004. – 560 с.
5. Здоровый образ жизни : учебное пособие для студентов факультета физической культуры и безопасности жизнедеятельности. В 2 частях. Часть 1 / авторы-составители Н. В. Тимушкина, Ю. А. Талагаева. – Саратов : Саратовский источник, 2015. – 104 с. – URL: http://www.bfsgu.ru/elbibl/direction/posobia/p61/Zdorovyy_obraz_zhizni_Chast_1_Timushkina_N.V. Talagaeva_Yu.A. 2015.pdf (дата обращения: 25.04.2021).

Зав. библиотекой  (Гаманенко О. П.)

б) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

1. Средства MicrosoftOffice
 - MicrosoftOfficeWord – текстовый редактор;
 - MicrosoftOfficeExcel – табличный редактор;
 - MicrosoftOfficePowerPoint – программа подготовки презентаций.
2. IQBoardSoftware – специально разработанное для интерактивных методов преподавания и презентаций программное обеспечение интерактивной доски.
3. ИРБИС – система автоматизации библиотек.
4. Операционная система специального назначения «ASTRA LINUX SPECIAL EDITION».

Интернет-ресурсы

Рукопт [Электронный ресурс]: межотраслевая электронная библиотека. – URL: <http://rucont.ru>

eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. – URL: <http://www.elibrary.ru>

ibooks.ru [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://ibooks.ru>

Znanium.com [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://znanium.com>

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

- Учебные аудитории, оборудованные комплектом мебели, доской.
- Комплект проекционного мультимедийного оборудования.
- Библиотека с информационными ресурсами на бумажных и электронных носителях.

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)».

Автор – Тимушкина Н.В.

Программа одобрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности.
Протокол № 2 от «30» сентября 2019 года.