

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 28.12.2024 09:54:16
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bffa79172803da5b7b559fc69e2

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное образовательное учреждение высшего образования Московской области
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ
(МГОУ)
Факультет безопасности жизнедеятельности
Кафедра методики обучения безопасности жизнедеятельности

Согласовано управлением организации и
контроля качества образовательной
деятельности

« 24 » марта 2022 г.
Начальник управления _____
/ Р.В. Самолетов /

Одобрено учебно-методическим советом

Протокол « 24 » марта 2022 г. № 03

Председатель _____
М.А. Миненкова /



Рабочая программа дисциплины

Здоровый образ жизни

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование

Профиль:

Безопасности жизнедеятельности

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Очная

Согласовано учебно-методической комиссией
факультета безопасности жизнедеятельности
Протокол « 03 » 03 2022 г. № 7

Председатель УМКом _____
/ Е.М. Приорова /

Рекомендовано кафедрой методики
обучения безопасности
жизнедеятельности

Протокол от « 12 » 03 2022 г. № 7
Зав. кафедрой _____
/ И.В. Хомутова /

Мытищи
2022

Автор-составитель:
Грешников С.Л., доцент

Рабочая программа дисциплины «Здоровый образ жизни» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденного приказом МИНОБРНАУКИ РОССИИ от 22.02.2018 г. № 121.

Дисциплина входит в модуль «Безопасность человека, общества и государства» обязательной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» и является обязательной для изучения.

Год начала подготовки(по учебному плану)2022

СОДЕРЖАНИЕ

1. Планируемые результаты обучения.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	4
3. Объем и содержание дисциплины.....	4
4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся.....	6
5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине.....	7
6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины.....	12
7. Методические указания по освоению дисциплины.....	12
8. Информационные технологии для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	13
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	14

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

1.1. Цель и задачи дисциплины

Цель освоения дисциплины - развитие у студентов способности управлять процессами формирования, развития и сохранения здоровья с применением их в практической деятельности учителя.

Задачи дисциплины:

- научиться планировать и проводить учебные занятия с учетом возрастных особенностей учащихся, специфики данного предмета, индивидуальных особенностей обучаемых;
- использовать возможности предмета и организационных форм обучения для формирования у учащихся здорового образа жизни;
- формировать у студентов оздоровляющий подход к педагогическому процессу, способствующему сохранению, укреплению здоровья учащихся;
- овладеть методами осуществления воспитательной и образовательной деятельности в детских коллективах с целью формирования устойчивой мотивации на ЗОЖ.

1.2. Планируемые результаты обучения

В результате изучения данной дисциплины у обучающихся формируется следующая компетенция:

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина входит в модуль «Безопасность человека, общества и государства» обязательной части Блока 1 « Дисциплины (модули)» и является обязательной для изучения.

Дисциплина имеет дидактически обоснованные логические и содержательно-методические взаимосвязи с такими дисциплинами как, «Безопасность на дороге и в общественном транспорте», «Безопасный отдых и туризм», «Безопасность жизнедеятельности», «Психологические основы безопасности жизнедеятельности».

Приобретенные студентами в ходе изучения данной дисциплины знания, умения и готовности будут необходимы им при последующем изучении таких дисциплин как: «Обеспечение безопасности образовательных организаций», «Охрана труда на производстве и в учебном процессе».

Изучение дисциплины способствует формированию у бакалавров представления о неразрывном единстве эффективной профессиональной деятельности с требованиями по воспитанию у учащихся стремления к здоровому образу жизни. Реализация этих требований гарантирует сохранение работоспособности и здоровья человека, готовит его к эффективной жизнедеятельности в современном социуме.

3. ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем дисциплины

Показатель объема дисциплины	Форма обучения
	Очная
Объем дисциплины в зачетных единицах	2
Объем дисциплины в часах	72
Контактная работа:	38,3
Лекции	18

Практические занятия	18
Контактные часы на промежуточную аттестацию	2,3
Экзамен	0,3
Предэкзаменационная консультация	2
Самостоятельная работа	24
Контроль	9,7

Форма промежуточной аттестации- экзамен в 6 семестре.

3.2.Содержание дисциплины

Наименование разделов (тем) Дисциплины с кратким содержанием	Кол-во часов	
	Лекции	Практические занятия
ТЕМА 1. Здоровье и здоровый образ жизни Здоровье и факторы его определяющие. Этапы формирования здоровья. Мотивация и здоровье. Проблемы мониторинга здоровья. Физиологические показатели здоровья. Роль учителя в профилактике заболеваний учащихся (первичная и вторичная, третичная профилактика).	2	2
ТЕМА 2. Критерии, определяющие здоровье человека Определение здоровья. Пять критериев здоровья. Показатели индивидуального и коллективного здоровья. Факторы, влияющие на здоровье. Вредные привычки.	2	2
ТЕМА 3. Режим дня и его значение в повседневной жизни человека Определение режима дня. Его роль и значение в жизни человека. Биоритмы. Примерный распорядок дня. Занятия спортом. Возрастные особенности. Рекомендации для детей. К чему может привести несоблюдение режима дня.	2	2
ТЕМА 4. Окружающая среда и ее влияние на здоровье Человек и природная окружающая среда. Система «Природа-Человек». Экологическая культура личности. Использование природных ресурсов для оздоровления. Экологическая обстановка в данном регионе. Экологические особенности детей.	2	2
ТЕМА 5. Закаливание и здоровье Из истории закаливания. Принципы закаливания. Основные методы закаливания. Закаливание воздухом. Закаливание солнцем. Закаливание водой. Местное закаливание холодом.	2	2
ТЕМА 6. Личная и общественная гигиена Определение данных понятий. Правила личной гигиены. Правила общественной гигиены. Влияние внешней среды на организм человека. Физическая культура и гигиена. Гигиенические факторы, оказывающие влияние на здоровье человека.	2	2
ТЕМА 7. Правовые аспекты взаимоотношения полов Понятие о теориях «телегония» и «импринтинг». Физиологические аспекты полового воспитания. Нравственные аспекты полового воспитания.	2	2
ТЕМА 8. Вредные привычки и их профилактика	2	2

Наименование разделов (тем) Дисциплины с кратким содержанием	Кол-во часов	
	Лекции	Практические занятия
Алкоголь. Курение. Табачкомания. Наркомания. Игромания. Влияние вредных привычек на здоровье человека. Профилактика пагубных привычек.		
ТЕМА 9. Инфекционные и венерические заболевания и их профилактика Эпидемиология. Симптоматика. Профилактические мероприятия.	2	2
Итого:	18	18

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Темы для самостоятельного изучения	Изучаемые вопросы	Количество часов	Формы самостоятельной работы	Методическое обеспечение	Форма отчетности
Тема1.Здоровье и здоровый образ жизни	Этапы формирования здоровья. Мотивация и здоровье. Проблемы мониторинга здоровья.	4	Изучение учебной литературы	Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы	Конспект
Тема2.Критерии, определяющие здоровье человека	Показатели индивидуального и коллективного здоровья. Определение режима дня. Его роль и значение в жизни человека. Биоритмы. Примерный распорядок дня	6	Изучение учебной литературы	Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы	Конспект, опрос на практических занятиях
Тема3.Окружающая среда и ее влияние на здоровье	Система «Природа-Человек». Экологическая культура личности. Использование природных ресурсов для оздоровления. Основные методы закаливания. Закаливание воздухом.	4	Изучение учебной литературы	Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы	Конспект, опрос на практических занятиях
Тема4.Правовые аспекты взаимоотношения полов	Физиологические аспекты полового воспитания. Нравственные	6	Изучение учебной литературы	Основная и дополнительная литература. Интернет-	Конспект

Темы для самостоятельного изучения	Изучаемые вопросы	Количество часов	Формы самостоятельной работы	Методическое обеспечение	Форма отчетности
	аспекты полового воспитания.			ресурсы	
Тема 5. Инфекционные и венерические заболевания и их профилактика	Полное определение данных понятий. Профилактические мероприятия, направленные на половое здоровье	4	Изучение учебной литературы	Основная и дополнительная литература. Интернет-ресурсы	Конспект, опрос на практических занятиях
Итого:		24			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

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

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа

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

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
УК-7	Пороговый	1. Работа на занятиях 2. Самостоятельная работа	<i>Знать:</i> - теоретические основы формирования должного уровня физической подготовленности учащихся для обеспечения их полноценной социальной и профессиональной деятельности. <i>Уметь:</i> - поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности в	Опрос на практическом занятии, конспект	Шкала оценивания опроса на практическом занятии Шкала оценивания конспекта

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
			сфере здорового образа жизни		
УК-7	Продвинутый	1. Работа на занятиях 2. Самостоятельная работа	<i>Знать:</i> - теоретические основы формирования должного уровня физической подготовленности учащихся для обеспечения их полноценной социальной и профессиональной деятельности. <i>Уметь:</i> - поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. <i>Владеть:</i> - способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Опрос на практическом занятии, конспект	Шкала оценивания опроса на практическом занятии Шкала оценивания конспекта

Описание шкал оценивания

Шкала оценивания опроса я на практическом занятии

Балл	Критерии оценивания
16-20	За полный ответ на поставленный вопрос с включением в содержание ответа (лекции) преподавателя, материалов учебников, дополнительной литературы без наводящих вопросов;
11-15	За полный ответ на поставленный вопрос в объеме (лекции) преподавателя с включением в содержание ответа материалов учебников с четкими положительными ответами на наводящие вопросы преподавателя;
6-10	За ответ, в котором озвучено более половины требуемого материала, с положительным ответом на большую часть наводящих вопросов;
0-5	За ответ, в котором озвучено менее половины требуемого материала или не озвучено главное в содержании вопроса с отрицательными ответами на наводящие вопросы или студент отказался от ответа без предварительного

	объяснения уважительных причин.
--	---------------------------------

Шкала оценивания конспекта

Балл	Критерии оценивания
16-20	Конспект в полном объеме передает смысл и содержание лекции, составлен с использованием элементов стенографии, дополнен сведениями из рекомендованных источников.
11-15	Конспект в основном (более 50%) передает смысл и содержание лекции, составлен с использованием элементов стенографии, дополнен сведениями из рекомендованных источников.
6-10	Конспект передает смысл и содержание лекции менее, чем на 50%, составлен без использования элементов стенографии, сведения из рекомендованных источников отсутствуют.
0-5	Конспект передает смысл и содержание лекции менее, чем на 50%, составлен без использования элементов стенографии, сведения из рекомендованных источников отсутствуют.

5.3. 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

Примерная тематика для конспекта

1. Общее понятие о здоровом образе жизни.
2. Социология и здоровый образ жизни.
3. Составляющие здорового образа жизни.
4. Развитие положительных привычек при помощи здорового образа жизни.
5. Сохранение здоровья на долгие годы.
6. Здоровый образ жизни и правильное питание.
7. Что такое правильное питание?
8. Потребности организма в питании.
9. Здоровый рацион.
10. Разнообразие питания. Почему это необходимо?
11. Здоровый образ жизни и спорт.
12. Для чего нужно воспитывать любовь к физкультуре.
13. Социологические вопросы про ЗОЖ школьников разных возрастов. Анализ.

Примерная тематика для опроса на практическом занятии

1. Понятие здорового образа жизни.
2. Здоровый образ жизни как актуальная тематика современного общества.
3. ЗОЖ современного и традиционного общества. В чем отличия?
4. Пропаганда ЗОЖ среди молодого поколения.
5. Основные составляющие ЗОЖ человека.
6. Факторы, влияющие за здоровье детей и подростков.
7. Из чего состоит траектория здорового образа жизни?
8. От чего зависит ведение здорового образа жизни?

9. Как семья влияет на наше здоровье?
10. Планирование рождения ребенка, возможные осложнения беременности и вытекающие последствия.
11. Как государство заботится о здоровье беременных женщин и детей?
12. Вредные привычки как противоречие ЗОЖ.
13. Профилактика алкоголизма и наркомании.
14. Психические отклонения как результат вредных привычек.
15. Женское и мужское здоровье. В чем отличия?

Примерные вопросы для экзамена

1. Роль и значение здорового образа жизни.
2. Этапы формирования здоровья.
3. Мотивация и здоровье.
4. Проблемы мониторинга здоровья.
5. Физиологические показатели здоровья.
6. Роль учителя в профилактике заболеваний учащихся (первичная и вторичная, третичная профилактика).
7. Экологическая культура личности.
8. Использование природных ресурсов для оздоровления.
9. Экологическая обстановка в данном регионе.
10. Экологические особенности детей.
11. Человек и социальная окружающая среда.
12. Психолого – педагогические аспекты ЗОЖ.
13. Медико – генетические аспекты ЗОЖ.
14. Информация, культура, труд и здоровье.
15. Эпидемический очаг, эпидемия, пандемия.
16. Виды иммунитета.
17. Календарь прививок.
18. Отдельные виды отклонений в здоровье детей.
19. Значение личностных качеств, медицинской подготовки учителя в профилактике школьных стрессов и невротоподобных состояний у детей.
20. Режим дня и его значение в повседневной жизни человека.
21. Система самосовершенствования и самооздоровления.
22. Альтернативная медицина.
23. Репродуктивное здоровье, его значение для обеспечения благополучия личности, общества, государства.
24. Правовые, экономические и психофизиологические аспекты взаимоотношения полов.
25. Понятие теории «телегония» и «импринтинг».
26. Роль семьи в системе здорового образа жизни.
27. Подготовка к семейной жизни.
28. Осложнения беременности, планирование рождения ребенка.
29. Профилактика наркомании, токсикомании, алкоголизма.
30. Понятие первичной, вторичной и третичной профилактики.
31. Роль учителя в профилактике этих заболеваний.
32. Понятие о здоровье.
33. Здоровье и факторы его определяющие.
34. Педагогические факторы нездоровья детей.
35. Роль учителя в первичной, вторичной и третичной профилактике.
36. Здоровый образ жизни и обеспечение личной безопасности человека.
37. Физкультура и ее оздоровительное значение.
38. Система оздоровления и самосовершенствования.

39. Репродуктивное здоровье, его значение для обеспечения благополучия личности, общества и государства.
40. Правовые, экономические и психофизические аспекты взаимоотношения полов.
41. Брак и семья. Роль семьи в системе здорового образа жизни человека.
42. Норма и патология, необходимые состояния здоровья детей.
43. Показатели индивидуального и коллективного здоровья.
44. Мониторинг здоровья, паспорта здоровья.
45. Физиология показателей.
46. Мероприятия в школах по оздоровлению учащихся.
47. Определяющие факторы ЗОЖ.
48. Режим дня и его значение в повседневной жизни человека.
49. Факторы, разрушающие здоровье.
50. Профилактика наркомании, алкоголизма, табакокурения. Программы первичной профилактики.
51. Закаливающие процедуры. Нетрадиционные методы лечения, применение в учебном процессе.
52. Репродуктивное поведение и его безопасность. Аборт и его последствия. Контрацептивные средства. Профилактика венболезней.
53. Понятие о теориях «телегония» и «импринтинг».
54. Физиологические аспекты полового воспитания.
55. Нравственные аспекты полового воспитания.
56. Планирование семьи.
57. Планирование рождения ребенка.
58. Питание детей 1-го года жизни.
59. Осложнения беременности.
60. Послеродовые осложнения.

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

В процессе освоения дисциплины студенту в рамках текущего контроля необходимо подготовить конспекта и участвовать в опросе на практических занятиях.

Требования к конспекту

Написание конспекта представляет собой деятельность студента по созданию обзора информации, содержащейся в объекте конспектирования, в более краткой форме. В конспекте должны быть отражены основные принципиальные положения источника, то новое, что внес его автор, основные методологические положения работы, аргументы, этапы доказательства и выводы.

Требования к опросу

Опрос - применяется для проверки знаний обучающихся в целях опоры на ранее усвоенные знания и опыт, а также для проверки качества усвоения материала. Опрос проводится по содержащимся в рабочей программе дисциплины вопросам.

Требования к экзамену

Промежуточный контроль осуществляется на экзамене в соответствии с требованиями, сформулированными в данной рабочей программе.

При выставлении окончательной оценки учитываются следующие моменты:

- степень владения излагаемым материалом;

- грамотность, четкость и полнота его изложения;
- знание соответствующих понятий и категорий и умение сжато донести до слушателей их содержание;
- умение ответить на дополнительные вопросы.

На экзамене знания студентов оцениваются следующим образом:

«отлично», если студент дал правильное определение рассматриваемого понятия, правильно и полно раскрыл его содержание, привел необходимые факты и примеры, высказал свое отношение к данному явлению или проблеме, сделал правильный вывод;

«хорошо», если студент дал в основном правильное определение рассматриваемого понятия, правильно и не менее, чем на 70% раскрыл его содержание, привел некоторые факты и примеры, высказал свое отношение к данному явлению или проблеме, сделал вывод;

«удовлетворительно», если студент дал в основном правильное определение рассматриваемого понятия, правильно и не менее чем на 50% раскрыл его содержание, высказал свое отношение к данному явлению или проблеме, сделал вывод;

«неудовлетворительно», если не выполнены условия на оценку «удовлетворительно».

Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена. Экзамен проводится устно по вопросам.

Шкала оценивания экзамен

Баллы	Критерии оценивания
21-30	Студент демонстрирует сформированные и систематические знания; успешное и систематическое умение; успешное и систематическое применение навыков в соответствии с планируемыми результатами освоения дисциплины
11-20	Студент демонстрирует сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания; сформированные, но содержащие отдельные пробелы умения; в целом успешное, но сопровождающееся отдельными ошибками применение навыков в соответствии с планируемыми результатами освоения дисциплины
0-10	Студент демонстрирует неполные знания; в целом успешные, но не систематические умения; в целом успешное, но не систематическое применение навыков в соответствии с планируемыми результатами освоения дисциплины.

Итоговая шкала оценивания результатов освоения дисциплины

Итоговая оценка по дисциплине выставляется по приведенной ниже шкале. При выставлении итоговой оценки преподавателем учитывается работа обучающегося в течение освоения дисциплины, а также оценка по промежуточной аттестации.

Количество баллов	Оценка по традиционной шкале
81-100	отлично
61-80	хорошо
41-60	удовлетворительно
0-40	не удовлетворительно

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1 Основная литература

1. Назарова, Е.Н. Основы здорового образа жизни [Текст]: учебник для студ. учреждений высш. образования / Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов. — 3-е изд., испр. - М. : Издательский центр «Академия», 2013. — 256 с. – (Сер. Бакалавриат).
2. Вдовина, Л.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс] : учебник / Л.Н. Вдовина, Е.И. Зеркалина, М.П. Носкова. – Ростов-на-Дону/ : Феникс, 2015 – 342 с. – Режим доступа: <http://www.phoenixrostov.ru/topics/book/?id=O0071386>

6.2. Дополнительная литература

1. Хван, Т.А. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Т.А. Хван, П.А. Хван. - 11-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. - 448 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271593>
2. Еременко, В.Д. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учеб. пособие /В.Д. Еременко, В.С. Остапенко. - М.: РГУП, 2016. - 368 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=439536>
3. Родионова, О. М. Медико-биологические основы безопасности [Электронный ресурс]: учебник для вузов /О. М. Родионова, Д. А. Семенов. — М. : Юрайт, 2017. — 340 с. – Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru/viewer/4BF0A69A-EEDB-4978-A0BB-9046D8E6F5EF#/>
4. Щанкин, А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. - М.: Директ-Медиа, 2015. - 97 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685>

6.3 Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. Российский образовательный портал <http://www.school.edu.ru/default.asp>
2. Сайт для учителя ОБЖ <http://www.uroki.net/docobgd.htm>
3. Сайт для учителей по ОБЖ <http://obj-tambov.ucoz.ru/>
4. Безопасность жизнедеятельности в школе <http://kuhta.clan.su/>
5. Учительский портал <http://www.uchportal.ru/load/85>

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

- 1.Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов.

8. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Лицензионное программное обеспечение:

Microsoft Windows
Microsoft Office
Kaspersky Endpoint Security

Информационные справочные системы:

Система ГАРАНТ
Система «КонсультантПлюс»

Профессиональные базы данных:

fgosvo.ru – Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
pravo.gov.ru - Официальный интернет-портал правовой информации

Свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

ОМС Плеер (для воспроизведения Электронных Учебных Модулей)

7-zip

Google Chrome

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные учебной мебелью, доской, демонстрационным оборудованием.

- помещения для самостоятельной работы, укомплектованные учебной мебелью, персональными компьютерами с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа к электронным библиотекам и в электронную информационно-образовательную среду МГОУ;

- помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, укомплектованные мебелью (шкафы/стеллажи), наборами демонстрационного оборудования и учебно-наглядными пособиями.

Информация об актуализации, о внесении изменений, дополнений и обновлений в рабочую программу дисциплины

«Здоровый образ жизни»

№ п/п	Содержание изменений	Основание внесения изменения
1	Пункт 6.2 «Дополнительная литература» изложить в редакции следующего содержания: «6.2. Дополнительная литература 1. Хван, Т.А. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Т.А. Хван, П.А. Хван. - 11-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. - 448 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271593 2. Еременко, В.Д. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учеб. пособие /В.Д.Еременко, В.С. Остапенко. - М.: РГУП, 2016. - 368 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=439536 3. Родионова, О. М. Медико-биологические основы безопасности [Электронный ресурс]: учебник для вузов /О. М. Родионова, Д. А. Семенов. — М. : Юрайт, 2017. — 340 с. – Режим доступа: https://www.biblio-online.ru/viewer/4BF0A69A-EEDB-4978-A0BB-9046D8E6F5EF#/ 4. Щанкин, А.А. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс]: учеб. пособие. - М.: Директ-Медиа, 2015. - 97 с. – Режим доступа: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362685 5. Экология человека: культура здоровья. Федорова М.З., Кучменко В.С., Воронина Г.А. »	Решение учебно-методической комиссии факультета, протокол от «05» ноября 2024г. № 01/2024