

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
"Набережночелнинский государственный педагогический университет"  
(ФГБОУ ВО "НГПУ")

## Валеология

### аннотация к рабочей программе дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Биологии и методики ее преподавания**  
Направление подготовки **44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки),  
профили Физическая культура и Безопасность жизнедеятельности**

Форма обучения **заочная**  
Программу составил(и): **к.б.н., доцент, Хасанова А.Р.**

**Распределение часов дисциплины по курсам**

Курс	4		5		Итого	
	уп	рпд	уп	рпд		
Лекции	2	2	4	4	6	6
Практические	2	2	6	6	8	8
Итого ауд.	4	4	10	10	14	14
Контактная работа	4	4	10	10	14	14
Сам. работа	32	32	89	89	121	121
Часы на контроль			9	9	9	9
Итого	36	36	108	108	144	144

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	Цель: формирование у обучающихся систематизированных знаний в области охраны жизни, а также формирования здорового образа жизни.
1.2	Задачи:
1.3	изучение закономерностей формирования здоровья человека
1.4	формирование знаний и практических умений у студентов о методах оценки количества и качества здоровья
1.5	формирование установки на здоровый образ жизни
1.6	развитие положительной мотивации сохранения и укрепления собственного здоровья студентами через приобщение к здоровому образу жизни
1.7	формирование представления о наиболее распространенных болезнях и возможностях их предупреждения
1.8	формирование системы знаний о влиянии экологических факторов на здоровье человека

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.ДВ.02
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Возрастная анатомия, физиология и гигиена
2.1.2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни
2.1.3	Оценка уровня здоровья
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Лечебная физическая культура
2.2.2	Спортивная медицина
2.2.3	Физическая рекреация
3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО КАЖДОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ДОСТИЖЕНИЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	

**УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни**

УК-6.1: Определяет свои личные ресурсы, возможности и ограничения для достижения поставленной цели

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

УК-8.1: Обеспечивает условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся в соответствии с их возрастными особенностями и санитарно-гигиеническими нормами

**ПК-2. Способен применять предметные знания в образовательном процессе для достижения образовательных результатов**

ПК-2.1: Демонстрирует знания содержания предметной области "Безопасность жизнедеятельности"

ПК-2.2: Умеет осуществлять отбор содержания обучения для реализации предмета "Безопасность жизнедеятельности" в соответствии с требованиями ФГОС основного общего, среднего общего образования

ПК-2.3: Владеет навыками применения предметных знаний для планирования и проведения занятий

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
<p>определение понятий здоровья, болезни, промежуточного состояния, индивидуального и популяционного здоровья; показатели индивидуального и популяционного здоровья, характеристику групп здоровья;</p> <p>определение эпидемии, пандемии, спорадической заболеваемости, инфекционного и эпидемического процесса, возбудителя и источника инфекционного заболевания;</p> <p>определение иммунитета, виды иммунитета, основные иммунопрепараты, противопоказания и показания к применению основных видов иммунопрепаратов;</p> <p>источник заболевания, пути передачи, факторы риска, признаки отдельных заболеваний;</p> <p>понятие дезинфекции, дезинсекции, дератизации. Виды, методы. Понятие карантина;</p> <p>неотложные состояния при заболеваниях сердечно -сосудистой системы, при заболеваниях дыхательной системы, при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, при заболеваниях эндокринной системы.</p> <p>основные принципы восстановления дыхательной и сердечно-сосудистой деятельности;</p> <p>признаки ран, кровотечений, кровопотери;</p> <p>признаки ушибов мягких тканей, растяжений и разрывов связок;</p> <p>признаки переломов костей, особенности переломов у детей;</p> <p>причины, симптомы и опасности травматического шока;</p> <p>признаки и опасности ожогов, отморожений;</p> <p>принципы оздоровления и укрепления здоровья человека с использованием природных факторов;</p> <p>основные формы школьной патологии, их признаки, предпосылки и факторы возникновения патологических состояний у школьников;</p>	

законодательные основы охраны здоровья детей в РФ.	
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
использовать полученные теоретические и практические навыки для организации образовательного процесса с использованием современных средств здоровьесберегающих технологий; оказать первую медицинскую помощь при обмороке, гипертоническом кризе, при приступе бронхиальной астмы, ложного крупа, при остром пищевом отравлении, при гипогликемической коме; выполнять простейшие приемы реанимации; останавливать кровотечения различными способами; оказать первую помощь при ушибах, растяжениях, переломах и термических повреждениях; формулировать и обосновывать роль различных факторов в возникновении вредных привычек у детей и подростков.	
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
навыками проведения искусственного дыхания и прямого массажа сердца; навыками наложения жгута при артериальном кровотечении; навыками обработки раны и наложения асептической повязки. различать промежуточное состояние и болезнь, осуществлять первичную и вторичную профилактику правильно устанавливать взаимосвязь между инфекционным и эпидемическим процессом, оценивать эпидемическую опасность источника инфекционного заболевания объяснить обоснованность применения различных противоэпидемических мероприятий в зависимости от конкретных условий оказать помощь при этих состояниях выполнять простейшие приемы реанимации оказать первую медицинскую помощь при ранении останавливать кровотечение различными способами оказать первую помощь при ушибах, растяжениях и разрывах оказать первую помощь при переломах проводить простейшие противошоковые мероприятия оказывать первую медицинскую помощь при термических повреждениях формулировать и обосновывать роль различных факторов в возникновении вредных привычек у детей и подростков обосновывать основные принципы лечения и подходы к профилактике вредных привычек у школьников	