

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

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр ( <b>&lt;Курс&gt;.&amp;b&gt;&lt;Семестр на курсе&gt;</b> )	<b>9 (5.1)</b>		Итого	
Неделя	17 4/6			
Вид занятий	уп	рпд	уп	рпд
Лекции	34	34	34	34
Практические	34	34	34	34
Итого ауд.	68	68	68	68
Контактная работа	68	68	68	68
Сам. работа	40	40	40	40
Часы на контроль	36	36	36	36
Итого	144	144	144	144

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

<b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b>	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.ДВ.02
2.1	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни
2.1.2	Оценка уровня здоровья
2.1.3	Возрастная анатомия, физиология и гигиена
2.2	<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
<b>3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО КАЖДОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ДОСТИЖЕНИЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ</b>	
<b>УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</b>	
УК-6.1: Определяет свои личные ресурсы, возможности и ограничения для достижения поставленной цели	
<b>УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций</b>	
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	
<b>ПК-2. Способен применять предметные знания в образовательном процессе для достижения образовательных результатов</b>	
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**

3.1	<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, 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> <p>законодательные основы охраны здоровья детей в РФ.</p>	
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
<p>использовать полученные теоретические и практические навыки для организации образовательного процесса с использованием современных средств здоровьесберегающих технологий;</p> <p>различать промежуточное состояние и болезнь, осуществлять первичную и вторичную профилактику;</p> <p>оказывать первую медицинскую помощь при обмороке, гипертоническом кризе, при приступе бронхиальной астмы, ложного крупа, при остром пищевом отравлении, при гипогликемической коме;</p> <p>выполнять простейшие приемы реанимации;</p> <p>останавливать кровотечения различными способами;</p> <p>оказывать первую помощь при ушибах, растяжениях, переломах и термических повреждениях;</p> <p>формулировать и обосновывать роль различных факторов в возникновении вредных привычек у детей и подростков.</p>	
<b>3.3</b>	<b>Владеть:</b>
<p>навыками проведения искусственного дыхания и прямого массажа сердца;</p> <p>навыками наложения жгута при артериальном кровотечении;</p> <p>навыками обработки раны и наложения асептической повязки;</p> <p>навыками устанавливать взаимосвязь между инфекционным и эпидемическим процессом, оценивать эпидемическую опасность источника инфекционного заболевания;</p> <p>навыками простейших приемов реанимации;</p> <p>способами оказания первой медицинской помощи при ранении и остановки кровотечения различными способами;</p> <p>оказывать первую помощь при ушибах, растяжениях и разрывах, переломах;</p> <p>навыками проведения простейших противошоковых мероприятий;</p> <p>навыками оказания первой медицинской помощи при термических повреждениях;</p> <p>навыками профилактики вредных привычек у школьников.</p>	