

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Забайкальский государственный университет»
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Социологический факультет

Кафедра Социальной работы

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Лига М.Б.

« ____ » _____ 20 ____ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.ДВ.04.1.Здоровый образ жизни

на 180 часа(ов), 5 зачетных(ые) единиц(ы)

для направления подготовки (специальности) 39.03.02 – Социальная работа

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом
Министерства образования и науки Российской Федерации от
« ____ » _____ 20 ____ г. № _____

Профиль – Социальная работа в различных сферах жизнедеятельности (для набора
2016, 2017)

Форма обучения очная, заочная

1. Организационно-методический раздел

1.1 Цель и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

- формирование ответственного отношения к своему здоровью и здорового образа жизни у бакалавров.

Задачи изучения дисциплины:

- развитие способности к самостоятельному обучению новым методам и технологиям, способности самостоятельного приобретения и использования в практической деятельности новых знаний и умений в контексте рассмотрения основ здорового образа жизни; - формирование навыков здорового образа жизни, применения данных знаний в медико-социальной работе посредством использования отечественного и зарубежного опыта, использования современной аппаратуры, оборудования, информационных технологий; - содействие закреплению навыков представления результатов исследовательской работы с учетом специфики научных исследований в медико-социальной работе; развитие способности к осуществлению прогнозирования социальных процессов в области социальной работы по формированию основ здорового образа жизни.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Дисциплина «Здоровый образ жизни» является составной частью программы подготовки бакалавров и входит в модуль Б1 вариативной части обязательных дисциплин. Качество освоения данной дисциплины будет зависеть от способности бакалавров использовать знания, усвоенные в процессе изучения таких дисциплин, как «Современная научная картина мира», «Культурология», "Безопасность жизнедеятельности". Также результативность получения компетенций в рамках данной дисциплины обуславливается результативностью изучения параллельно преподаваемых дисциплин, в том числе "Информатика", "Современные теории социального благополучия», «Медико-социальная работа с населением», «Профессиональное здоровье». В процессе изучения дисциплины «Здоровый образ жизни» у студентов расширяется представление о медико-социальной сфере и ее структурных компонентах, подходах к интерпретации понятий «здоровье», "болезнь", "здоровый образ жизни", "первичная профилактика", "вторичная профилактика", классификации социально-значимых и социально-обусловленных заболеваний, особенностях медико-социальной работы с группами "риска" по социально-значимым и социально-обусловленным заболеваниям. Рабочая программа данной дисциплины составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта бакалавриата по направлению подготовки 39.04.02 «Социальная работа» профиля «Социальная работа в различных сферах жизнедеятельности». Дисциплина носит научный и практико-ориентированный характер. Данная дисциплина является вариативной частью цикла ОПОП, дающей возможность получения более расширенных и углубленных знаний, умений и навыков для осуществления успешной профессиональной деятельности.

1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 5 зачетных(ые) единиц(ы), 180 часов.

Очная форма

Виды занятий	Распределение по семестрам		Всего часов
	2 семестр		

Общая трудоемкость		180
Аудиторные занятия, в т.ч.	72	72
лекционные (ЛК)	36	36
практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	36	36
лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	72	72
Форма промежуточной аттестации в семестре	Экзамен	36
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

Заочная форма

Виды занятий	Распределение по семестрам	
	2 семестр	Всего часов
Общая трудоемкость		180
Аудиторные занятия, в т.ч.	14	14
лекционные (ЛК)	6	6
практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	8	8
лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	130	130
Форма промежуточной аттестации в семестре	Экзамен	36
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

2. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Индекс компетенции	Содержание компетенции
--------------------	------------------------

ОК-8	способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
ОПК-1	способность осознавать социальную значимость своей будущей профессии
ОПК-8	способность к предупреждению и профилактике личной профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»
ПК-14	способность к осуществлению прогнозирования, проектирования и моделирования социальных процессов и явлений в области социальной работы, экспертной оценке социальных проектов

Планируемые результаты обучения по дисциплине для последовательного достижения уровней сформированности компетенций

Результат обучения	
Знать	<p>Пороговый:</p> <p>1. Способы поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 2. Социальную значимость своей будущей профессии 3. Способы предупреждения и профилактики личной профессиональной деградации и профессиональной усталости 4. Способы осуществления прогнозирования и проектирования социальных процессов в области социальной работы по формированию основ здорового образа жизни</p>
	<p>Стандартный:</p> <p>1. Способы самостоятельного поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 2. Способы самостоятельного развития способности осознания социальной значимости своей будущей профессии 3. Способы самостоятельной работы по предупреждению и профилактике личной профессиональной деградации и профессиональной усталости 4. Способы самостоятельного осуществления прогнозирования и проектирования социальных процессов в области социальной работы по формированию основ здорового образа жизни</p>

	<p>Эталонный:</p> <p>1. Способы эффективного и целесообразного самостоятельного поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 2. Современные эффективные и целесообразные способы самостоятельного развития способности осознания социальной значимости своей будущей профессии 3. Современные эффективные и целесообразные способы самостоятельной работы по предупреждению и профилактике личной профессиональной деградации и профессиональной усталости 4. Современные эффективные и целесообразные способы самостоятельного осуществления прогнозирования и проектирования социальных процессов в области социальной работы по формированию основ здорового образа жизни</p>
Уметь	<p>Пороговый:</p> <p>1. Поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 2. Осознавать социальную значимость своей будущей профессии 3. Использовать способы предупреждения и профилактики личной профессиональной деградации и профессиональной усталости 4. Применять в своей деятельности способы самостоятельного осуществления прогнозирования и проектирования социальных процессов в области социальной работы по формированию основ здорового образа жизни</p>
	<p>Стандартный:</p> <p>1. Использовать способы самостоятельного поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 2. Применять способы самостоятельного развития способности осознания социальной значимости своей будущей профессии 3. Использовать в своей деятельности способы самостоятельной работы по предупреждению и профилактике личной профессиональной деградации и профессиональной усталости 4. Применять в своей деятельности способы самостоятельного осуществления прогнозирования и проектирования социальных процессов в области социальной работы по формированию основ здорового образа жизни</p>
	<p>Эталонный:</p> <p>1. Использовать самостоятельно способы эффективного и целесообразного самостоятельного поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 2. Эффективно использовать в своей деятельности современные эффективные и целесообразные способы самостоятельного развития способности осознания социальной значимости своей будущей профессии 3. Применять самостоятельно современные эффективные и целесообразные способы самостоятельной работы по предупреждению и профилактике личной профессиональной деградации и профессиональной усталости 4. Эффективно и целесообразно применять в своей деятельности современные способы самостоятельного осуществления прогнозирования и проектирования социальных процессов в области социальной работы по формированию основ здорового образа жизни</p>

Владеть	<p>Пороговый:</p> <p>1. Поддержанием должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 2. Осознанием социальной значимости своей будущей профессии 3. Способами предупреждения и профилактики личной профессиональной деградации и профессиональной усталости 4. Способами осуществления прогнозирования и проектирования социальных процессов в области социальной работы по формированию основ здорового образа жизни</p>
	<p>Стандартный:</p> <p>1. Самостоятельным поддержанием должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 2. Полноценным осознанием социальной значимости своей будущей профессии 3. Совершенными навыками самостоятельного предупреждения и профилактики личной профессиональной деградации и профессиональной усталости 4. Навыками самостоятельного и эффективного использования способов осуществления прогнозирования и проектирования социальных процессов в области социальной работы по формированию основ здорового образа жизни</p>
	<p>Эталонный:</p> <p>1. Эффективными и целесообразными способами поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности 2. Высокой степенью осознания социальной значимости своей будущей профессии 3. Эффективными и целесообразными способами предупреждения и профилактики личной профессиональной деградации и профессиональной усталости 4. Навыками эффективного и целесообразного использования современных способов осуществления прогнозирования и проектирования социальных процессов в области социальной работы по формированию основ здорового образа жизни</p>

3. Содержание дисциплины

3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

Очная форма

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			СРС
				ЛК	ПЗ(СЗ)	ЛР	
1	1	Теоретико-методологические основы здорового образа жизни	26	8	8		10
2	2	Санитарно-эпидемиологическое благополучие населения.	36	8	8		20
3	3	Технологии формирования здоровья и здорового образа жизни	36	8	8		20
4	4	Основы психического здоровья	46	12	12		22

Итого	144	36	36	0	72
-------	-----	----	----	---	----

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			СРС
				ЛК	ПЗ(СЗ)	ЛР	
1	1	Теоретико-методологические основы здорового образа жизни	34	2	2		30
2	2	Санитарно-эпидемиологическое благополучие населения.	34	2	2		30
3	3	Технологии формирования здоровья и здорового образа жизни	34	2	2		30
4	4	Основы психического здоровья	42		2		40
Итого			144	6	8	0	130

3.2. Лекционные занятия

Очная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание лекционных занятий
1	1	<p>Теоретико-методологические основы ЗОЖ. Характеристики современной трактовки понятий «здоровье», «образ жизни», «здоровый образ жизни» в социальной работе.</p> <p>Образ жизни как социальная проблема. Основные компоненты здорового образа жизни.</p> <p>Репродуктивное здоровье. Социально-медицинские аспекты планирования семьи. Аборт как социальная и медицинская проблема</p> <p>Влияние факторов окружающей среды на здоровье человека. Региональные экологические особенности Забайкалья, определяющие заболеваемость населения.</p>

2	2	<p>Санитарно-гигиенические нормы: международные, государственные. Значение деятельности ООН и ВОЗ в регулировании санэпидобстановки на земном шаре.</p> <p>Современные особо опасные инфекции, их профилактика.</p> <p>Пандемия ВИЧ, первичная и вторичная профилактика. Инфекции, передающиеся половым путем: динамика, причины, первичная и вторичная профилактика.</p> <p>Туберкулез как социально-обусловленное заболевание и социально-значимое заболевание.</p>
3	3	<p>Современные технологии формирования здоровья и здорового образа жизни, государственные программы, направленные на оздоровление нации, на развитие социальной активности молодежи в вопросах формирования своего здоровья</p> <p>Значение рационального питания в здоровье человека, основные принципы правильного и безопасного питания.</p> <p>Социально-обусловленные соматические заболевания: ожирение, гипертоническая болезнь, сахарный диабет. Их первичная профилактика.</p> <p>физической активности и физической культуры и спорта, закаливания и соблюдения режима дня, полноценного сна в сохранении здоровья человека.</p>
4	4	<p>Зависимость от психоактивных веществ как социальная болезнь и социальное зло. Понятие и содержание первичной и вторичной профилактики зависимости от психоактивных веществ. Статистические данные по РФ и другим странам мира.</p> <p>Влияние алкоголизма на психическое и физическое здоровье человека. Алкоголизм как социальная проблема.</p> <p>Влияние наркомании на психическое и физическое здоровье человека. Наркомания как социальная проблема.</p> <p>Влияние никотиномании и различных видов токсикоманий на психическое и физическое здоровье человека.</p> <p>Современные технологии профилактической работы с зависимыми от ПАВ.</p> <p>Основы биомедицинской этики. Эвтаназия как социальная проблема.</p>

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание лекционных занятий
--------	---------------	-------------------------------

1	1	Образ жизни как социальная проблема. Основные компоненты здорового образа жизни.
2	2	Санитарно-гигиенические нормы: международные, государственные. Значение деятельности ООН и ВОЗ в регулировании санэпидобстановки на земном шаре.
3	3	Социально-обусловленные соматические заболевания: ожирение, гипертоническая болезнь, сахарный диабет. Их первичная профилактика.

3.3. Практические (семинарские) занятия

Очная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание практических(семинарских) занятий
1	1	<p>Теоретико-методологические основы ЗОЖ. Характеристики современной трактовки понятий «здоровье», «образ жизни», «здоровый образ жизни» в социальной работе.</p> <p>Образ жизни как социальная проблема. Основные компоненты здорового образа жизни.</p> <p>Репродуктивное здоровье. Социально-медицинские аспекты планирования семьи. Аборт как социальная и медицинская проблема</p> <p>Влияние факторов окружающей среды на здоровье человека. Региональные экологические особенности Забайкалья, определяющие заболеваемость населения.</p>
2	2	<p>Санитарно-гигиенические нормы: международные, государственные. Значение деятельности ООН и ВОЗ в регулировании санэпидобстановки на земном шаре.</p> <p>Современные особо опасные инфекции, их профилактика.</p> <p>Пандемия ВИЧ, первичная и вторичная профилактика. Инфекции, передающиеся половым путем: динамика, причины, первичная и вторичная профилактика.</p> <p>Туберкулез как социально-обусловленное заболевание и социально-значимое заболевание.</p>

3	3	<p>Современные технологии формирования здоровья и здорового образа жизни, государственные программы, направленные на оздоровление нации, на развитие социальной активности молодежи в вопросах формирования своего здоровья</p> <p>Значение рационального питания в здоровье человека, основные принципы правильного и безопасного питания.</p> <p>Социально-обусловленные соматические заболевания: ожирение, гипертоническая болезнь, сахарный диабет. Их первичная профилактика.</p> <p>физической активности и физической культуры и спорта, закаливания и соблюдения режима дня, полноценного сна в сохранении здоровья человека.</p>
4	4	<p>Зависимость от психоактивных веществ как социальная болезнь и социальное зло. Понятие и содержание первичной и вторичной профилактики зависимости от психоактивных веществ. Статистические данные по РФ и другим странам мира.</p> <p>Влияние алкоголизма на психическое и физическое здоровье человека. Алкоголизм как социальная проблема.</p> <p>Влияние наркомании на психическое и физическое здоровье человека. Наркомания как социальная проблема.</p> <p>Влияние никотиномании и различных видов токсикоманий на психическое и физическое здоровье человека.</p> <p>Современные технологии профилактической работы с зависимыми от ПАВ.</p> <p>Основы биомедицинской этики. Эвтаназия как социальная проблема.</p>

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание практических(семинарских) занятий
1	1	Влияние факторов окружающей среды на здоровье человека. Региональные экологические особенности Забайкалья, определяющие заболеваемость населения.
2	2	Пандемия ВИЧ, первичная и вторичная профилактика. Инфекции, передающиеся половым путем: динамика, причины, первичная и вторичная профилактика.
3	3	Значение рационального питания в здоровье человека, основные принципы правильного и безопасного питания.

4	4	Зависимость от психоактивных веществ как социальная болезнь и социальное зло. Понятие и содержание первичной и вторичной профилактики зависимости от психоактивных веществ. Статистические данные по РФ и другим странам мира.
---	---	--

3.4. Лабораторные занятия

3.5. Организация самостоятельной работы

Очная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание материала выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной работы
1	1	Основные понятия дисциплины. Образ жизни в России, западной Европе, США; Законодательные акты по оздоровлению нации; Аборты как социально-обусловленное и социально-значимое явление. Проблема бесплодия.	написание тезауруса основных понятий дисциплины, презентация, доклад
		Основные компоненты здорового образа жизни. Образ жизни как социальная проблема.	презентация, доклад
2	2	Санитарно-гигиенические нормы: международные, государственные. Современные особо-опасные инфекции, их профилактика. Влияние факторов окружающей среды на здоровье человека	презентация, доклад
		Основы безопасности питания. Влияние пищевых добавок и ГМО на здоровье человека.	презентация, доклад
3	3	Здоровье как фактор обеспечения безопасной среды. Технологии формирования здоровья и здорового образа жизни у клиентов социальной работы. Профилактика гиподинамии и ожирения как факторов развития сердечно-сосудистой патологии и патологии обмена веществ.	презентация, доклад
		Гиподинамия и ее последствия. Болезни цивилизации: ожирение, гипертония, сахарный диабет, социальные последствия, профилактика. Национальный проект по профилактике и улучшению качества специализированной кардиологической помощи в РФ, его основные положения и результаты.	презентация, доклад
4	4	Современные технологии социальной работы с лицами, злоупотребляющими ПАВ и молодежью группы "риска".	презентация, доклад

		Биомедицинская этика. Эвтаназия как социальная проблема.	презентация, доклад
--	--	--	---------------------

Заочная форма

Модуль	Номер раздела	Содержание материала выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной работы
1	1	Теоретико-методологические основы ЗОЖ. Основные компоненты здорового образа жизни. Образ жизни как социальная проблема.	написание тезауруса основных понятий дисциплины, презентация, доклад
2	2	Санитарно-гигиенические нормы: международные, государственные. Современные особо-опасные инфекции, их профилактика. Влияние факторов окружающей среды на здоровье человека	презентация, доклад
3	3	Здоровье как фактор обеспечения безопасной среды. Технологии формирования здоровья и здорового образа жизни у клиентов социальной работы. Профилактика гиподинамии и ожирения как факторов развития сердечно-сосудистой патологии и патологии обмена веществ.	презентация, доклад
4	4	Современные технологии социальной работы с лицами, злоупотребляющими ПАВ и молодежью группы "риска".	презентация, доклад

4. Интерактивные формы образовательных технологий

Модуль	Номер раздела	Вид учебных занятий	Образовательные технологии	Количество часов
1	1	Лекция	Лекция с использованием презентаций	2
2	2	Практическое занятие	Практическое занятие с использованием презентаций и видео-материалов	2
3	3	Лекция	Лекция с использованием презентаций	2
4	4	Практическое занятие	Практическое занятие с использованием презентаций и видео-материалов	2
4	4	Практическое занятие	Практическое занятие с использованием презентаций и видео-материалов	2

5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Основная литература

6.1.1. Печатные издания

1. Волокитина Т. В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие / Т. В. Волокитина, Г. Г. Бральникова, Н. И. Никитинская. – 3-е изд., стер. – Москва: Академия, 2011. – 224 с.
2. Митяева А. М. Здоровый образ жизни: учеб. пособие / А. М. Митяева. – Москва: Академия, 2008. – 144 с.
3. Основы здорового образа жизни: учеб. пособие / С. Т. Кохан [и др.]. – 2-е изд., доп. – Чита: ЗабГУ, 2015. – 186 с.

6.1.2. Издания из ЭБС

1. Мисюк М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник и практикум / М. Н. Мисюк. – 3-е изд. – Москва: Издательство Юрайт, 2017. – 499 с.

6.2. Дополнительная литература

6.2.1. Печатные издания

1. Марков В. В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: учеб. пособие / В. В. Марков. – Москва: Академия, 2001. – 320 с.
2. Меньшов И. В. Культура здоровья студентов: учеб.-метод. пособие / И. В. Меньшов. – Чита: ЗабГУ, 2015. – 143 с.
3. Митяева А. М. Здоровый образ жизни: учеб. пособие / А. М. Митяева. – Москва: Академия, 2008. – 144 с.

6.2.2. Издания из ЭБС

1. Мисюк М. Н. Основы медицинских знаний: учебник и практикум / М. Н. Мисюк. – 3-е изд. – Москва: Издательство Юрайт, 2016. – 499 с.

6.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. Образовательные ресурсы:

<https://e.lanbook.com/> Электронно-библиотечная система «Издательство «Лань».

<https://www.biblio-online.ru/> Электронно-библиотечная система «Юрайт»

<http://www.studentlibrary.ru/> Электронно-библиотечная система «Консультант студента»

2. Научные ресурсы:

<http://diss.rsl.ru/> Электронная библиотека диссертаций Российской государственной библиотеки.

<https://elibrary.ru/> Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

3. Научно-образовательные ресурсы открытого доступа

<http://www.edu.ru> Федеральный портал «Российское образование»

4. справочные ресурсы

<http://window.edu.ru> Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» предоставляет свободный доступ к каталогу образовательных Интернет-ресурсов и полнотекстовой электронной учебно- методической библиотеке для общего и профессионального образования. <http://www.glossary.ru/> Тематические толковые словари

<https://dic.academic.ru/> Словари и энциклопедии

5. Электронные библиотеки

<http://www.nlr.ru/> Российская национальная библиотека

<https://www.prlib.ru/> Президентская библиотека им. Б.Н. Ельцина <http://www.rgub.ru/>

Российская государственная библиотека для молодежи <http://libfl.ru/> Библиотека иностранной литературы

<http://www.rasl.ru/> Библиотека Российской Академии наук
<http://studentam.net/> Электронная библиотека учебников
<http://rvb.ru/> Русская виртуальная библиотека
<http://psylib.kiev.ua/> PSYLIB: Психологическая библиотека "Самопознание и саморазвитие"
6. Другие информационные ресурсы
<http://wciom.ru/> Всероссийский центр изучения общественного мнения lib.mgpi.ru Сайт журнала «Отечественный журнал социальной работы» <http://www.Soc-work.ru> Портал социальная работа <http://минсоц.забайкальскийкрай.рф> Сайт Министерства труда и социальной защиты населения Забайкальского края
<http://ssopir.ru/> Сайт союза социальных работников и социальных педагогов
<http://www.socialwork-archive.org/> Архив видео материалов по социальной работе

7. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, ABBYY FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МегаПро".

Программное обеспечение специального назначения:

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

672000, г. Чита, ул. Бабушкина, 129,
ауд. 14-415.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации Комплект специализированной учебной мебели.

Доска аудиторная меловая.

Переносное мультимедийное оборудование: ноутбук, проектор, экран, акустическая система

672000, г. Чита, ул. Бабушкина, 129,
ауд. 14-419.

Компьютерный класс.

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации и самостоятельной работы Комплект специализированной учебной мебели.

Доска аудиторная меловая.

ПК-30 шт. (в т.ч. преподавательский).

Доступ к сети Интернет и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду организации

9. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Составление тезауруса основных понятий курса Теза́урус (от греч. *θησαυρός* «сокровище»), в общем смысле – это специальная терминология, словарь, собрание сведений, корпус или свод, полномерно охватывающие понятия, определения и термины специальной области знаний или сферы деятельности, что должно способствовать правильной лексической, корпоративной коммуникации (пониманию в общении и взаимодействии лиц, связанных одной дисциплиной или профессией); в современной лингвистике – особая разновидность словарей, в которых указаны семантические отношения (синонимы, антонимы, паронимы, гипонимы, гиперонимы и т. п.) между лексическими единицами. Тезаурусы являются одним из действенных инструментов для описания отдельных предметных областей. Тезаурус необходим для освоения ключевых понятий курса, объяснения сложных терминов и словосочетаний, определяющих предметную область курса. Инструкция по составлению тезауруса 1. Внимательно прочитайте и ознакомьтесь с текстом лекций, содержанием дисциплины. Вы встретите в нем много различных терминов, которые имеются по данной теме. 2. После того, как вы

определили наиболее часто встречающиеся термины, составьте из них список. Слова в этом списке должны быть расположены в строго алфавитном порядке, так как тезаурус представляет собой не что иное, как словарь специализированных терминов. 3. После этого начинается работа по составлению статей тезауруса. Статья тезауруса - это определение термина. Она состоит из двух частей: 1. точная формулировка термина в именительном падеже; 2. содержательная часть, объемно раскрывающая смысл данного термина. При составлении тезауруса важно придерживаться следующих правил: - стремитесь к максимальной точности и достоверности информации; - старайтесь указывать корректные научные термины и избегать всякого рода жаргонизмов; - при желании в тезаурус можно включить не только отдельные слова и термины, но и 13 целые фразы; - используйте словари различных видов и форм; - указывайте источник получения информации. В состав тезауруса в обязательном порядке должны войти следующие понятия и определения: «здоровье», «болезнь», «третье состояние», «здоровый образ жизни», «первичная профилактика», «вторичная профилактика», «третичная профилактика», «социально-значимое заболевание», «социально-обусловленное заболевание», «эпидемия», «эпидемиология», «пандемия», «гигиена», «рациональное питание», «физическая культура». Подготовка мультимедиа презентации (Рекомендации по оформлению слайдов) Стиль - Соблюдайте единый стиль оформления; - избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации; - вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текст, рисунки). Фон - Для фона выбирайте более холодные тона (синий или зеленый). Использование цвета - на одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовков, один для текста; - для фона и текста используйте контрастные цвета; - обратите особое внимание на цвет гиперссылок (до и после использования). Анимационные эффекты - используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде; - не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде. Представление информации Содержание 12 12 информации Используйте короткие слова и предложения. Минимизируйте количество предлогов, наречий, прилагательных. Заголовки должны привлекать внимание аудитории. Расположение информации на странице Предпочтительно горизонтальное расположение информации. Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана. Если на слайде располагается картинка, надпись должна располагаться под ней. Шрифты Для заголовков — не менее 24. Для информации — не менее 18. Шрифты без засечек легче читать с большого расстояния. Нельзя смешивать разные типы шрифтов в одной презентации. Для выделения информации следует использовать жирный шрифт, курсив или подчеркивание. Нельзя злоупотреблять прописными буквами. Способы выделения информации: следует использовать: - рамки, границы, заливку; - разные цвета шрифтов, стрелки; - рисунки, диаграммы, схемы для иллюстрации важных фактов. Объем информации: не стоит заполнять один слайд слишком большим объемом информации. Наибольшая эффективность достигается тогда, когда ключевые пункты отображаются по одному на каждом отдельном слайде Виды слайдов Для обеспечения разнообразия следует использовать разные виды слайдов: - с текстом; с таблицами; с диаграммами.

Разработчик/группа разработчиков: Кривошеева Евгения Михайловна , доцент

**Рассмотрена на заседании кафедры
(протокол от 02.09.2020 г. № 01)**