



Автономная некоммерческая образовательная организация
высшего образования
«Воронежский экономико-правовой институт»
(АНОО ВО «ВЭПИ»)



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ЭДФ.ДВ.01.03 Здоровый образ жизни и здоровьесбережение
(наименование дисциплины (модуля))

38.05.02 Таможенное дело
(код и наименование специальности)

Направленность (профиль) / Специализация Товароведение и экспертиза
во внешнеторговой деятельности
(наименование направленности (профиля) / специализации)

Квалификация выпускника Специалист таможенного дела
(наименование квалификации)

Форма обучения Очная, заочная
(очная, очно-заочная, заочная)

Воронеж 2021

Рабочая программа дисциплины (модуля) разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 25.11.2020 № 1453, учебным планом образовательной программы высшего образования – программы специалитета 38.05.02 Таможенное дело, направленность (профиль) «Товароведение и экспертиза во внешнеэкономической деятельности».

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии АНОО ВО «ВЭПИ».

Протокол от « 31 » августа 2021 г. № 1

Заведующий кафедрой



Л.В. Абдалина

Разработчики:



Доцент

В.С. Шелестов

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Здоровый образ жизни и здоровье сбережение» является формирование способности поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы высшего образования – программы специалитета

Дисциплина (модуль) «Здоровый образ жизни и здоровье сбережение» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту».

Для освоения данной дисциплины (модуля) необходимы результаты обучения, полученные в предшествующих дисциплинах (модулях): «Физическая культура и спорт».

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесённых с установленными в образовательной программе высшего образования – программе специалитета индикаторами достижения компетенций

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИУК-7.1. Демонстрирует физические упражнения на должном уровне физической подготовленности	Знать: комплексы физических упражнений для разных групп мышц Уметь: правильно выполнять упражнения Владеть: приёмами достижения должного уровня физической подготовленности
	ИУК-7.2. Применяет средства и методы укрепления индивидуального здоровья и физического самосовершенствования	Знать: физиологические особенности организма. Уметь: подбирать уровень и виды физической нагрузки. Владеть: методикой выполнения упражнений

	<p>ИУК-7.3.Соблюдает нормы здорового образа жизни, использует средства и методы физического воспитания для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Знать: нормы здорового образа жизни..</p> <p>Уметь: выбирать здоровые берегающие технологии для поддержания здорового образа жизни; соблюдать и пропагандировать нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности.</p> <p>Владеть: методами планирования своего рабочего и свободного времени для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности.</p>
--	---	---

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

4.1. Структура дисциплины (модуля)

4.1.1. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы по очной форме обучения:

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр					
		№ 1	№ 2	№ 3	№ 4	№ 5	№ 6
		часов	часов	часов	часов	часов	часов
Контактная работа (всего):	108	17	19	17	19	17	19
В том числе: Лекции (Л)							
Практические занятия (Пр)	108	17	19	17	19	17	19
Лабораторная работа (Лаб)							
Самостоятельная работа обучающегося (СР)	220	37	35	37	35	39	37
Контроль	форма контроля	3	3	3	3	3	3
	кол-во часов						
Общая трудоемкость	часов	328	54	54	54	54	56
	зач. ед.						

4.1.2. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы по заочной форме обучения:

Вид учебной работы	Всего часов	Курс			
		№ 1	№ 2	№ 3	
		часов	часов	часов	
Контактная работа (всего):	10			10	
В том числе: Лекции (Л)					
Практические занятия (Пр)	10			10	
Лабораторная работа (Лаб)					
Самостоятельная работа обучающегося (СР)	294	100	100	94	
Контроль	форма контроля	3	3	3	3
	кол-во часов	24	8	8	8
Общая трудоемкость	часов	328	108	108	112
	зач. ед.				

4.2. Содержание дисциплины (модуля):

4.2.1. Содержание дисциплины (модуля) по очной форме обучения:

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема 1. История учения о здоровье	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-.7.3)		12		25	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема 2. Здоровье и болезнь: подходы и понятия	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		12		25	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 3. Современные концепции формирования здоровья	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		12		25	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 4. Индивидуальное и общественное здоровье	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		12		25	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 5. Факторы здоровья человека	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		12		25	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема 6. Здоровый образ жизни и его элементы	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		12		25	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 7. Формирование здорового образа жизни	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		12		25	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 8. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		12		25	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 9. Мероприятия по сохранению и укреплению здоровья	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		10		20	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Обобщающее занятие			2				
ВСЕГО ЧАСОВ: 328			108		220		

Тема 1. История учения о здоровье – 37 часов.

Содержание: Эволюция взглядов на здоровье и болезнь. Эволюция взглядов на причины возникновения болезней и возможности сохранения и укрепления здоровья. Труды наиболее выдающихся ученых и медиков. Становление научного мировоззрения о здоровье, здоровом образе жизни как основном факторе сохранения здоровья людей.

Практические занятия – 12 часов.

Вопросы:

1. Эволюция взглядов на здоровье и болезнь.
2. Эволюция взглядов на причины возникновения болезней и возможности сохранения и укрепления здоровья.
3. Становление научного мировоззрения о здоровье, здоровом образе жизни как основном факторе сохранения здоровья людей.

Тема 2. Здоровье и болезнь: подходы и понятия – 37 часов.

Содержание: Определение «здоровье» Всемирной организации здравоохранения и отечественных ученых. Понятия «болезнь», «хронические заболевания», «этиология», «патогенез». Исходы болезней. Составляющие здоровья. Понятие здоровье сбережения.

Практические занятия – 12 часов.

Вопросы:

1. Понятие здоровья
2. Составляющие здоровья
3. Понятие здоровьесбережения

Тема 3. Современные концепции формирования здоровья – 37 часов.

Содержание: Группы факторов, определяющих здоровье. Критерии здоровья. Современная классификация состояний здоровья. Индивидуальный уровень здоровья по группам здоровья. Значения понятий «оценка здоровья», «уровень здоровья», «качество здоровья». Современное состояние здоровья населения России.

Практические занятия – 12 часов.

Вопросы:

1. Критерии здоровья.
2. Современная классификация состояний здоровья.
3. Индивидуальный уровень здоровья по группам здоровья.
4. Современное состояние здоровья населения России.

Тема 4. Индивидуальное и общественное здоровье – 37 часов.

Содержание: Понятия «норма», «патология», «индивидуальное здоровье», «общественное здоровье». Факторы, влияющие на здоровье человека и их классификация. Вклад факторов в состояние здоровья человека. Влияние факторов риска на состояние здоровья человека в различные этапы онтогенеза и их значимость. Показатели, характеризующие общественное здоровье. Факторы риска снижения здоровья. Факторы устойчивости здоровья. Возможные меры сохранения и увеличения потенциала здоровья. Право граждан на охрану здоровья.

Практические занятия – 12 часов.

Вопросы:

1. Индивидуальное здоровье
2. Общественное здоровье
3. Психическое здоровье
4. Факторы устойчивости здоровья.

Тема 5. Факторы здоровья человека – 37 часов.

Содержание: Биологические факторы риска. Роль наследственности в формировании здоровья человека. Понятия «генофонд человека», «генетический груз». Основные достижения и новые направления молекулярной медицины. Механизмы, обеспечивающие генетический контроль гомеостаза. Условия формирования мультифакториальных заболеваний.

Инфекционные болезни. Классификация инфекционных болезней. Пути заражения инфекциями. Понятия «эпидемия», «пандемия». Меры по предупреждению инфекционных болезней. Иммунизация населения. Прививки.

Факторы среды обитания. Природные и социальные элементы окружающей среды. Социальные болезни. Роль семьи в формировании здоровья ребенка. Параметры социального анамнеза. Социально-гигиенический мониторинг

Общие закономерности адаптации организма к различным условиям среды. Влияние на организм человека неблагоприятных экологических факторов. Роль факторов окружающей среды в развитии заболеваний. Этиологические факторы риска. Право граждан на здоровую и благоприятную окружающую среду.

Практические занятия – 12 часов.

Вопросы:

1. Биологические факторы здоровья
2. Социальные факторы здоровья
3. Экологические факторы здоровья
4. Меры по предупреждению инфекционных болезней

Тема 6. Здоровый образ жизни и его компоненты – 37 часов.

Содержание: Понятия «образ жизни», «здоровый образ жизни». Компоненты здорового образа жизни: отказ от вредных привычек, закаливание, двигательная активность, полноценное питание, режим работы и отдыха. Программы здорового образа жизни для различных возрастных групп.

Практические занятия – 12 часов.

Вопросы:

1. Понятия «образ жизни», «здоровый образ жизни».
2. Компоненты здорового образа жизни
3. Формирование здорового образа жизни
4. Программы здорового образа жизни для различных возрастных групп.

Тема 7. Формирование здорового образа жизни – 37 часов.

Содержание: Потребности человека. Особенности формирования мотивации к здоровому образу жизни. Проведения профилактических мероприятий среди населения. Санитарно-гигиеническое воспитание в организованных коллективах. Отечественный и зарубежный опыт формирования здорового образа жизни. Формирование культуры здоровья.

Практические занятия – 12 часов.

Вопросы:

1. Особенности формирования мотивации к здоровому образу жизни.
2. Отечественный опыт формирования здорового образа жизни.
3. Зарубежный опыт формирования здорового образа жизни.
4. Диагностика здоровья

Тема 8. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека – 37 часов.

Содержание: Распространенность вредных привычек в России и других странах. Влияние курения, алкоголя и наркотиков на здоровье человека. Меры борьбы с вредными привычками и их профилактики. Медико-социальные последствия широкого распространения вредных привычек. Экономические, демографические потери распространения курения, наркомании и алкоголизма.

Практические занятия – 12 часов.

Вопросы:

1. Причины формирования вредных привычек
2. Распространенность вредных привычек
3. Медико-социальные последствия широкого распространения вредных привычек
4. Методы отказа от вредных привычек

Тема 9. Мероприятия по сохранению и укреплению здоровья – 30 часов.

Содержание: Научные мероприятия. Медицинские мероприятия. Административно-правовые мероприятия. Экономические мероприятия. Воспитательные мероприятия. Пропаганда здорового образа жизни.

Понятие «профилактика». Цель и задачи профилактики в сохранении здоровья. Виды профилактики. Основные средства профилактики. Вклад выдающихся ученых в формирование профилактического направления медицины. Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан. Основные принципы и задачи по охране здоровья граждан.

Практические занятия – 10 часов.

Вопросы:

1. Пропаганда здорового образа жизни
2. Цель и задачи профилактики в сохранении здоровья.
3. Виды профилактики.
4. Экономические мероприятия по сохранению здоровья

4.2.2. Содержание дисциплины (модуля) по заочной форме обучения:

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема 1. История учения о здоровье	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)				33	Самостоятельное изучение в ЭИОС	

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема 2. Здоровье и болезнь: подходы и понятия	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		1		33	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 3. Современные концепции формирования здоровья	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		1		33	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 4. Индивидуальное и общественное здоровье	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		1		33	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 5. Факторы здоровья человека	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		1		33	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Тема 6. Здоровый образ жизни и его элементы	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		1		33	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 7. Формирование здорового образа жизни	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		1		33	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 8. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		1		32	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание
Тема 9. Мероприятия по сохранению и укреплению здоровья	УК-7 (ИУК-7.1 ИУК-7.2 ИУК-7.3)		1		31	Подготовка к устному опросу, подготовка к выполнению реферата, подготовка к тестированию, подготовка к выполнению практикоориентированного задания	Устный опрос Реферат Тест Практикоориентированное задание

Наименование раздела, темы	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Количество часов, выделяемых на контактную работу, по видам учебных занятий			Кол-во часов СР	Виды СР	Контроль
		Л	Пр	Лаб			
Обобщающее занятие			2				
ВСЕГО ЧАСОВ: 328			10		294		24

Тема 1. История учения о здоровье – 33 часа.

Содержание: Эволюция взглядов на здоровье и болезнь. Эволюция взглядов на причины возникновения болезней и возможности сохранения и укрепления здоровья. Труды наиболее выдающихся ученых и медиков. Становление научного мировоззрения о здоровье, здоровом образе жизни как основном факторе сохранения здоровья людей.

Тема 2. Здоровье и болезнь: подходы и понятия – 34 часа.

Содержание: Определение «здоровье» Всемирной организации здравоохранения и отечественных ученых. Понятия «болезнь», «хронические заболевания», «этиология», «патогенез». Исходы болезней. Составляющие здоровья. Понятие здоровье сбережения.

Практические занятия 1 час.

Вопросы:

1. Понятие здоровья
2. Составляющие здоровья
3. Понятие здоровье сбережения

Тема 3. Современные концепции формирования здоровья – 34 часа.

Содержание: Группы факторов, определяющих здоровье. Критерии здоровья. Современная классификация состояний здоровья. Индивидуальный уровень здоровья по группам здоровья. Значения понятий «оценка здоровья», «уровень здоровья», «качество здоровья». Современное состояние здоровья населения России.

Практические занятия – 1 час.

Вопросы:

1. Критерии здоровья.
2. Современная классификация состояний здоровья.
3. Индивидуальный уровень здоровья по группам здоровья.
4. Современное состояние здоровья населения России.

Тема 4. Индивидуальное и общественное здоровье – 34 часа.

Содержание: Понятия «норма», «патология», «индивидуальное здоровье», «общественное здоровье». Факторы, влияющие на здоровье человека и их классификация. Вклад факторов в состояние здоровья человека. Влияние факторов риска на состояние здоровья человека в различные этапы онтогенеза и их значимость. Показатели, характеризующие общественное здоровье. Факторы риска снижения здоровья. Факторы устойчивости здоровья. Возможные меры сохранения и увеличения потенциала здоровья. Право граждан на охрану здоровья

Практические занятия – 1 час.

Вопросы:

1. Индивидуальное здоровье
2. Общественное здоровье
3. Психическое здоровье
4. Факторы устойчивости здоровья.

Тема 5. Факторы здоровья человека – 34 часа.

Содержание: Биологические факторы риска. Роль наследственности в формировании здоровья человека. Понятия «генофонд человека», «генетический груз». Основные достижения и новые направления молекулярной медицины. Механизмы, обеспечивающие генетический контроль гомеостаза. Условия формирования мультифакториальных заболеваний.

Инфекционные болезни. Классификация инфекционных болезней. Пути заражения инфекциями. Понятия «эпидемия», «пандемия». Меры по предупреждению инфекционных болезней. Иммунизация населения. Прививки.

Факторы среды обитания. Природные и социальные элементы окружающей среды. Социальные болезни. Роль семьи в формировании здоровья ребенка. Параметры социального анамнеза. Социально-гигиенический мониторинг

Общие закономерности адаптации организма к различным условиям среды. Влияние на организм человека неблагоприятных экологических факторов. Роль факторов окружающей среды в развитии заболеваний. Этиологические факторы риска. Право граждан на здоровую и благоприятную окружающую среду.

Практические занятия – 1 час.

Вопросы:

1. Биологические факторы здоровья
2. Социальные факторы здоровья
3. Экологические факторы здоровья
4. Меры по предупреждению инфекционных болезней

Тема 6. Здоровый образ жизни и его компоненты – 34 часа.

Содержание: Понятия «образ жизни», «здоровый образ жизни». Компоненты здорового образа жизни: отказ от вредных привычек, закаливание, двигательная активность, полноценное питание, режим работы и отдыха. Программы здорового образа жизни для различных возрастных групп.

Практические занятия – 1 час.

Вопросы:

1. Понятия «образ жизни», «здоровый образ жизни».
2. Компоненты здорового образа жизни
3. Формирование здорового образа жизни
4. Программы здорового образа жизни для различных возрастных групп.

Тема 7. Формирование здорового образа жизни – 34 часа.

Содержание: Потребности человека. Особенности формирования мотивации к здоровому образу жизни. Проведения профилактических мероприятий среди населения. Санитарно-гигиеническое воспитание в организованных коллективах. Отечественный и зарубежный опыт формирования здорового образа жизни. Формирование культуры здоровья.

Практические занятия – 1 час.

Вопросы:

1. Особенности формирования мотивации к здоровому образу жизни.
2. Отечественный опыт формирования здорового образа жизни.
3. Зарубежный опыт формирования здорового образа жизни.
4. Диагностика здоровья

Тема 8. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека – 33 часа.

Содержание: Распространенность вредных привычек в России и других странах. Влияние курения, алкоголя и наркотиков на здоровье человека. Меры борьбы с вредными привычками и их профилактики. Медико-социальные последствия широкого распространения вредных привычек. Экономические, демографические потери распространения курения, наркомании и алкоголизма.

Практические занятия – 1 час.

Вопросы:

1. Причины формирования вредных привычек
2. Распространенность вредных привычек
3. Медико-социальные последствия широкого распространения вредных привычек
4. Методы отказа от вредных привычек

Тема 9. Мероприятия по сохранению и укреплению здоровья – 32 часа.

Содержание: Научные мероприятия. Медицинские мероприятия. Административно-правовые мероприятия. Экономические мероприятия. Воспитательные мероприятия. Пропаганда здорового образа жизни.

Понятие «профилактика». Цель и задачи профилактики в сохранении здоровья. Виды профилактики. Основные средства профилактики. Вклад выдающихся ученых в формирование профилактического направления медицины. Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан. Основные принципы и задачи по охране здоровья граждан.

Практические занятия – 1 час.

Вопросы:

1. Пропаганда здорового образа жизни
2. Цель и задачи профилактики в сохранении здоровья.
3. Виды профилактики.
4. Экономические мероприятия по сохранению здоровья

5. Оценочные материалы дисциплины (модуля)

Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) представлены в виде фонда оценочных средств по дисциплине (модулю).

6. Методические материалы для освоения дисциплины (модуля)

Методические материалы для освоения дисциплины (модуля) представлены в виде учебно-методического комплекса дисциплины (модуля).

7. Перечень учебных изданий, необходимых для освоения дисциплины (модуля)

№ п/п	Библиографическое описание учебного издания	Используется при изучении разделов (тем)	Режим доступа
1	Филиппов, С. С. Менеджмент физической культуры и спорта : учебник для вузов / С. С. Филиппов. — 4-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 234 с. — (Высшее образование).	1-9	https://urait.ru/bcode/492462

2	Физическая культура : учебное пособие для вузов / Е. В. Конеева [и др.] ; под редакцией Е. В. Конеевой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 599 с. — (Высшее образование).	1-9	https://urait.ru/bcode/494126
3	Германов, Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры : учебное пособие для вузов / Г. Н. Германов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 224 с. — (Высшее образование).	1-9	https://urait.ru/bcode/492669
4	Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 191 с. — (Высшее образование).	1-9	https://urait.ru/bcode/492988
5	Вестник спортивной науки	1-9	http://www.iprbookshop.ru/63664.html
6	Сборник официальных документов и материалов Министерства спорта Российской Федерации	1-9	http://www.iprbookshop.ru/63781.html

8. Перечень электронных образовательных ресурсов, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения дисциплины (модуля)

8.1. Электронные образовательные ресурсы:

№ п/п	Наименование	Гиперссылка
1.	Министерство науки и высшего образования Российской Федерации:	https://minobrnauki.gov.ru
2.	Министерство просвещения Российской Федерации:	https://edu.gov.ru
3.	Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки:	http://obrnadzor.gov.ru/ru/
4.	Федеральный портал «Российское образование»:	http://www.edu.ru/
5.	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов:	http://school-collection.edu.ru/
6.	Электронно-библиотечная система «IPRbooks»:	http://www.IPRbooks.ru/

7.	Электронная библиотечная система Юрайт:	https://biblio-online.ru/
8.	База данных электронных журналов:	http://www.iprbookshop.ru/6951.html

8.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:




№ п/п	Наименование	Гиперссылка
1	Министерство спорта Российской Федерации	http://government.ru/department/60/events/
2	Министерство здравоохранения Российской Федерации	https://www.rosminzdrav.ru/
3	Статистика Федеральной службы государственной статистики	https://rosstat.gov.ru/statistic





9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)


№ п/п	Наименование помещения	Перечень оборудования и технических средств обучения	Состав комплекта лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства
1	Компьютерный холл (2 этаж № 187)	Аудитория для самостоятельной работы обучающихся: 30 персональных компьютеров с доступом к сети Интернет, компьютерные столы, стулья	Договор безвозмездного пользования от 31.08.2018 № 18. Срок действия договора: с 01.09.2018 по 31.08.2025 Дополнительное соглашение от 30.01.2019 к договору от 31.08.2018 № 18. Срок действия дополнительного соглашения: с 30.01.2019 по 31.08.2025
2	Спортивный зал (1 этаж № 137)	Спортивный зал; Учебная аудитория для проведения учебных занятий: мячи баскетбольные; мячи волейбольные; мячи футбольные; секундомер; скакалки; обручи; сетка для волейбола и бадминтона; скамейка гимнастическая; мячи гимнастические; мячи для настольного тенниса; гантели; бадминтон;	Договор безвозмездного пользования от 31.08.2018 № 18. Срок действия договора: с 01.09.2018 по 31.08.2025 Дополнительное соглашение от 30.01.2019 к договору от 31.08.2018 № 18. Срок действия дополнительного соглашения: с 30.01.2019 по 31.08.2025

№ п/п	Наименование помещения	Перечень оборудования и технических средств обучения	Состав комплекта лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства
		воланы для бадминтона; скамьи для пресса; коврики туристические; сетка для настольного тенниса; стол для настольного тенниса; велотренажер; маты гимнастические; шахматы	

Лист регистрации изменений к рабочей программе дисциплины (модуля)

№ п/п	Дата внесения изменений	Номера измененных листов	Документ, на основании которого внесены изменения	Содержание изменений	Подпись разработчика рабочей программы
1	30.08.2022	17-18	<p>Договор № 7764/21 от 25.03.2021 на оказании услуг по предоставлению доступа к ЭБС. Лицензионный договор № 5343 от 23.06.2022</p> <p>Лицензионное соглашение № 7783/21 от 25.03.2021 на использование адаптированных технологий ЭБС (для лиц с ограниченными возможностями зрения)</p>	Актуализация литературы	
2	30.08.2022	18-19	<p>Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направления подготовки 38.05.02 Таможенное дело (уровень специалитета): приказ Минобрнауки РФ от 25.11.2020 №1453 Пункт 4.3.4</p>	Обновление профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
3	30.08.2022	19-20	<p>Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направления подготовки 38.05.02 Таможенное дело (уровень специалитета): приказ Минобрнауки РФ от 25.11.2020 №1453 Пункт 4.3.2</p>	Обновление комплекта лицензионного программного обеспечения	

4	30.08.2023	17-18	<p>Договор № 7764/21 от 25.03.2021 на оказании услуг по предоставлению доступа к ЭБС. Лицензионный договор № 5343 от 23.06.2022</p> <p>Лицензионное соглашение № 7783/21 от 25.03.2021 на использование адаптированных технологий ЭБС (для лиц с ограниченными возможностями зрения)</p>	Актуализация литературы	
5	30.08.2023	18-19	<p>Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направления подготовки 38.05.02 Таможенное дело (уровень специалитета): приказ Минобрнауки РФ от 25.11.2020 №1453</p> <p>Пункт 4.3.4</p>	Обновление профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
6	30.08.2023	19-20	<p>Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направления подготовки 38.05.02 Таможенное дело (уровень специалитета): приказ Минобрнауки РФ от 25.11.2020 №1453</p> <p>Пункт 4.3.2</p>	Обновление комплекта лицензионного программного обеспечения	
7	30.08.2024	17-18	<p>Лицензионный договор с ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ» от 23.06.2022 № 5343, в том числе на использование адаптированных технологий ЭБС (для лиц с ограниченными возможностями зрения)</p>	Актуализация литературы	

8	30.08.2024	18-19	Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 38.05.02 Таможенное дело (уровень специалитета): приказ Минобрнауки РФ от 25.11.2020 №1453 Пункт 4.3.4	Обновление профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
9	30.08.2024	19-20	Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки 38.05.02 Таможенное дело (уровень специалитета): приказ Минобрнауки РФ от 25.11.2020 №1453 Пункт 4.3.2	Обновление комплекта лицензионного программного обеспечения	