

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Смоленский государственный университет»

Кафедра социальной работы

«Утверждаю»
И.о. проректора по учебной работе
_____ Ю.А. Устименко
«21» сентября 2017 г.

Рабочая программа дисциплины
Б1.В.ДВ.2.1 «Здоровьесберегающие технологии в социальной сфере»

Направление подготовки: 39.03.02 Социальная работа
Профиль: Социальная работа в государственных и негосударственных организациях
Форма обучения – заочная
Курс – 4
Семестр – 7
Всего зачётных единиц – 3, часов – 108
Лекции – 6 часов
Практические занятия – 8 часов
Самостоятельная работа – 94 часов
Форма отчетности: зачёт – 7 семестр

Программа составлена на основе ФГОС ВО по направлению подготовки
39.03.02 «Социальная работа»

Программу разработал:
доктор педагогических наук, доцент Авчинникова С.О.

Одобрена на заседании кафедры
«14» сентября 2017 г., протокол № 1

Смоленск
2017

1. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина Б1.В.ДВ.2.1 «Здоровьесберегающие технологии в социальной сфере» входит в блок дисциплин по выбору ОП по направлению подготовки 39.03.02 «Социальная работа» и рассчитан на студентов, проявивших интерес к проблемам сохранения, восстановления физического, психического и нравственного здоровья клиентов средствами социальной работы. Аспект профессиональной деятельности социальных работников, связанный с обеспечением здоровья, здорового образа и здорового стиля слабозащищенных категорий населения, является весьма перспективным направлением в социозащитной практике, поскольку соответствует национальным приоритетам социальной политики. Повышение компетентности социальных работников в решении проблем, ассоциированных со здоровьем, является одной из важнейших проблем социального образования. Владение будущими социальными работниками здоровьесберегающими технологиями существенным образом влияет на результативность работы в целом, поскольку непосредственно связано и с профилактическими, и с реабилитационными функциями. При этом здоровьесберегающая компонента профессиональной деятельности социального работника является системообразующей, а подготовка к ней выполняет интегративную функцию, т.к. увязывает знания, приобретенные в рамках дисциплин общекультурного, медицинского, психолого-педагогического и социального содержания. Наиболее тесная связь прослеживается с курсами: «безопасность жизнедеятельности», «основы социальной медицины», «содержание и методика социально-медицинской работы». Значение дисциплины заключается в том, что она способствует выработке у бакалавров социальной работы осознанных знаний в области разработки и реализации индивидуальной технологии здорового стиля жизни.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии ФГОС по направлению подготовки:

- способность к эффективному применению психолого-педагогических знаний для решения задач общественного, национально-государственного и личностного развития, проблем социального благополучия личности и общества (ОПК-6);

- способность к предупреждению и профилактике личной профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания» (ОПК-8);

- способность к выбору, разработке и эффективной реализации социальных технологий и технологий социальной работы, направленных на обеспечение прав человека в сфере социальной защиты (ПК-2);

- способность предоставлять меры социальной защиты, в том числе социального обеспечения, социальной помощи, социального обслуживания с целью улучшения условий жизнедеятельности гражданина и расширения его возможностей самостоятельно обеспечивать свои жизненные потребности, путем мобилизации собственных сил. Физических, психических и социальных ресурсов (ПК-3);

- способность к осуществлению профилактики обстоятельств, обуславливающих потребность граждан в социальных услугах, мерах социальной помощи (ПК-6).

В результате освоения дисциплины студент должен

Знать: психолого-педагогические основания и механизмы разработки и применения здоровьесберегающих технологий; компоненты и факторы профессионального здоровья, технологии его укрепления; назначение и виды здоровьесберегающих технологий, алгоритм разработки индивидуальной технологии здоровьесбережения, осознает их роль в

системе социальной защиты; знает о факторах риска здоровью и направленных на их минимизацию мероприятиях.

Уметь: применять психологический и педагогический инструментарий для разработки здоровьесберегающих технологий; при разработке индивидуальной технологии планировать целесообразные мероприятия по сохранению профессионального здоровья; адекватно отбирать и разрабатывать технологии здоровьесбережения для различных клиентальных групп; использовать здоровьесберегающую деятельность в целях мобилизации ресурсов самопомощи; разрабатывать целесообразные меры и мероприятия по предупреждению социально зависимых нарушений здоровья.

Владеть: психолого-педагогическим инструментарием здоровьесберегающей деятельности; технологиями здоровьесбережения; навыками осуществления профилактической деятельности в отношении социально обусловленных нарушений здоровья.

3. Содержание дисциплины

ТЕМА 1. *Здоровье как личная, социальная и профессиональная ценность.*

Подходы к определению здоровья: традиционный, экзистенциально-феноменологический, функциональный, адаптационный, синергетический. Функциональные состояния в донологии: физиологическая норма, донологическое состояние, преморбидное состояние, патологическое состояние. Компоненты здоровья: физическое, психическое, социальное, нравственное, эмоциональное, интеллектуальное, генетическое, этническое, сексуальное, профессиональное. Здоровье как биосоциальный потенциал человека (по В.А. Ананьеву, 1999). Концепция Wellness. Факторы, влияющие на здоровье: природные, социальные, экономические.

ТЕМА 2. *Система и классификация здоровьесберегающих технологий.*

Особенности профилактики в патоцентрической и саноцентрической моделях. Создание и основные направления деятельности научно-исследовательского института здоровьесберегающих технологий. Здоровьесберегающие технологии как приоритет Концепции развития здравоохранения до 2020г. Сущность здоровьесберегающих технологий в социальной работе. Классификация здоровьесберегающих технологий социальной работы по философско-мировоззренческим основаниям: биотехнические, биомедицинские, валеологические, эзотерические. Классификация здоровьесберегающих технологий по содержанию и целевому назначению. Виды технологий здоровьесбережения по ведущему фактору и по характеру воздействия. Виды технологий здоровьесбережения по субъектной позиции, по организационным формам, по сферам здоровьесберегающей практики.

ТЕМА 3. *Демедицинализация и нетрадиционные оздоровительные технологии.*

Понятие и предпосылки демедицинализации (по ВОЗ). Методы оздоровления, основанные на использовании живой природы: ароматерапия, фитотерапия, гарденотерапия, ампелотерапия, апитерапия, иппотерапия, эманотерапия. Методы оздоровления на основе неживой природы: климатотерапия, аэротерапия, гелиотерапия, гидротерапия, талассотерапия, альготерапия, фанготерапия, псаммотерапия, литотерапия, металлотерапия. Психотерапевтические оздоровительные методики: метод словесно-образного эмоционально-волевого управления состоянием человека (Г.Н. Сытин), смехотерапия, цветотерапия. Лечение движением (кинезитерапия): дыхательная гимнастика, гимнастика мозга, гимнастика для глаз, точечный массаж (акупрессура). Опыт применения нетрадиционных методов оздоровления в социозащитных учреждениях.

ТЕМА 4. *Диагностика потенциалов здоровья.*

Оценка физического здоровья: основные показатели и методики. Вычисление индекса физической активности в килокалориях. Метод оценки физической активности Ханса Моля. Характеристика уровней физической активности. Оценка физической кондиции: тесты К. Купера, степ-тест Кэрша, тест ходьбы. Оценка вегетативного статуса: формула определения индекса массы тела, индекс талия/бедра, индекс качества питания, способы оценки иммунного статуса.

Диагностика психического и психологического здоровья по уровню эмоционального комфорта, уровню управления стрессом, позитивности восприятия окружающего, уровню тревожности и самопринятия.

Подходы к оценке социального и духовного здоровья. Методики оценки социального благополучия.

Подходы к комплексной оценке здоровья на основе функционирования, личного восприятия, объективных физиологических измерений. Методики Е. Кудрявцевой, лестница Кантрилла, шкала Г.Л. Апанасенко, экспресс-оценка по В.И. Белову.

ТЕМА 5. Организация работы по гигиеническому воспитанию и формированию ЗОЖ. Современные информационно-образовательные технологии.

Правовое регулирование в сфере охраны здоровья населения. Центры здоровья: организация работы, оснащение, оборудование, формы и методы работы. Теоретические основы гигиенического воспитания. Содержание, формы, средства и методы гигиенического воспитания. Организация работы по гигиеническому воспитанию, формированию ЗОЖ в отделениях, кабинетах медицинской профилактики амбулаторно-поликлинических учреждений. Организация работы по гигиеническому воспитанию, формированию ЗОЖ во врачебных физкультурных диспансерах. Гигиеническое воспитание в учебно-воспитательных учреждениях. Гигиеническое воспитание в социально-реабилитационных учреждениях. Особенности гигиенического воспитания отдельных целевых групп населения.

ТЕМА 6. Технологии профилактики вредного воздействия на здоровье производственных условий.

Влияние производственного процесса и факторов производственной среды на организм человека. Классификация производственных факторов, воздействующих на здоровье. Особенности влияния на здоровье работающих различных форм трудовой деятельности. Вредные и опасные условия труда. Профессиональные заболевания. Утомление и переутомление как результат трудовой деятельности и их профилактика. Мероприятия и подходы к оздоровлению производственной среды в рамках эргономики, технической эстетики, инженерной психологии, гигиены труда. Организация комнат социально-психологической разгрузки в производственных условиях.

ТЕМА 7. Технологии профилактики социально значимых заболеваний.

Понятие, статистика и критерии социально значимых заболеваний. Нормативно-правовые акты, регламентирующие профилактику социально значимых заболеваний. Общая характеристика социально значимых заболеваний. Информационно-образовательные технологии как основа первичной профилактики социально значимых заболеваний.

ТЕМА 8. Здоровый стиль жизни и личная гигиена как основа здоровьесбережения.

Здоровый стиль жизни и его составляющие. Компоненты личной гигиены. Основные принципы рационального режима труда и отдыха. Хронобиология и биоритмы. Индивидуальная физическая культура и закаливание. Варианты ежедневной физической активности. Принципы, виды и формы закаливания.

ТЕМА 9. Технология рационального питания

Современные проблемы питания. Концепция и принципы рационального сбалансированного питания. Физиологические нормы питания. Роль отдельных пищевых веществ в питании человека. Особенности питания в разных возрастных группах. Пищевая и биологическая ценность основных групп пищевых продуктов. Биологически активные добавки: за и против.

ТЕМА 10. Технологии профилактики зависимостей.

Технологии профилактики употребления наркотиков: информационные, технологии активизации общественного мнения; образовательные, превентивные диагностические технологии, технологии занятости и стимулирования творческой и деловой активности; административные, семейные.

Запретительная и разъяснительная стратегии государственной антиалкогольной политики. Задачи, содержание и принципы антиалкогольной работы в образовательных учреждениях. Стандарт профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде. Задачи, содержание деятельности в «обществах трезвости».

Основные подходы в профилактике никотинозависимости: подход, основанный на распространении информации, подход, учитывающий социальные факторы, подход, основанный на формировании жизненных навыков, подход, основанный на альтернативной табакокурению деятельности, интегративный подход.

Программа малых шагов Мюнхенского института психиатрии для постепенного отказа от курения. Меры поддержки лиц, желающих бросить курить.

ТЕМА 11. Стресс и его профилактика.

Основные положения учения о стрессе. Влияние стресса на здоровье. Факторы, влияющие на развитие стресса. Личностные характеристики, усиливающие действие стрессоров.

Способы совладания со стрессом, модели копинга. Стратегии улучшения копинга. Рекомендации по повышению стрессоустойчивости. Приемы самопомощи при остром стрессе.

ТЕМА 12. Технологии профилактики вредных воздействий окружающей среды.

Снижение неблагоприятного воздействия электромагнитного излучения на организм человека. Канцерогенный фактор и его профилактика. Использование бытовой химии и альтернативы ей. Профилактика шумового воздействия.

ТЕМА 13. Алгоритм разработки индивидуальной технологии здоровья.

Анализ данных диагностики здоровья. Отбор компонентов программы в соответствии с состоянием здоровья. Приведение программы здоровья в соответствии с личными целями и возможностями. Составление подпрограмм: улучшения физической формы, улучшения питания, очищения организма, повышения иммунитета, снятия напряжения, оптимизации социального и психологического самочувствия, Объединение составляющих в единую технологию. Определение последовательности и планирование этапов. Применение, усовершенствование и коррекция технологии.

4. Тематический план

| № | Название темы, раздела | Общее кол-во | Количество часов на аудиторную работу | Количество часов на |
|---|------------------------|--------------|---------------------------------------|---------------------|
|---|------------------------|--------------|---------------------------------------|---------------------|

| | | | Лекции | Практические занятия | самостоятельную работу |
|---|--|------------|----------|----------------------|------------------------|
| 1. Здоровьесбережение как интегративная технология и императив времени | | | | | |
| 1.1 | Здоровье как личная, социальная и профессиональная ценность | 8 | | 2 | 6 |
| 1.2 | Система и классификация здоровьесберегающих технологий | 6 | | | 6 |
| 1.3 | Демедиализация и нетрадиционные оздоровительные технологии | 8 | 2 | | 6 |
| 1.4 | Диагностика потенциалов здоровья | 8 | 2 | | 6 |
| 2. Здоровый образ жизни на социальном уровне | | | | | |
| 2.1 | Организация работы по гигиеническому воспитанию и формированию ЗОЖ. Современные информационно-образовательные технологии | 10 | 2 | | 8 |
| 2.2 | Технологии профилактики вредного воздействия на здоровье производственных условий. | 8 | | | 8 |
| 2.3 | Технологии профилактики социально значимых заболеваний. | 8 | | | 8 |
| 3. Здоровый образ жизни на индивидуальном уровне | | | | | |
| 3.1 | Здоровый стиль жизни и личная гигиена как основа здоровьесбережения | 10 | | 2 | 8 |
| 3.2 | Технология рационального питания | 10 | | 2 | 8 |
| 3.3 | Технологии профилактики зависимостей | 8 | | | 8 |
| 3.4 | Стресс и его профилактика | 8 | | 2 | 6 |
| 3.5 | Технологии профилактики вредных воздействий окружающей среды. | 6 | | | 6 |
| 3.6 | Алгоритм разработки индивидуальной технологии здоровья | 6 | | | 6 |
| | Подготовка к зачету | 4 | | | 4 |
| | ВСЕГО | 108 | 6 | 8 | 94 |

5. Виды учебной деятельности

Лекции

Лекция 1. Тема 1 Методы оздоровления, основанные на использовании живой природы. Методы оздоровления на основе неживой природы. Психотерапевтические оздоровительные методики. Опыт применения нетрадиционных методов оздоровления в социозащитных учреждениях.

Лекция 2. Тема 2 Оценка физического здоровья: основные показатели и методики. Диагностика психического и психологического здоровья. Подходы к оценке социального и духовного здоровья. Методики оценки социального благополучия. Подходы к комплексной оценке здоровья

Лекция 3. Тема 3 Теоретические основы гигиенического воспитания. Содержание, формы, средства и методы гигиенического воспитания. Организация работы по гигиеническому воспитанию, формированию ЗОЖ. Гигиеническое воспитание в социально-реабилитационных учреждениях. Особенности гигиенического воспитания отдельных целевых групп населения.

Практические занятия

Занятие 1. Здоровье в ракурсе социогуманитарного знания (ролевая игра).

Группа делится на подгруппы для разыгрывания следующих ролей: мудрецы, статистики, обыватели, политики, социологи, юристы, журналисты. По одному человеку от каждой группы делегируются в группу знатоков, которые после выступления всех участников составляют и зачитывают резолюцию.

Задания для самостоятельной работы:

В микрогруппах в соответствии с выбранными ролями подготовить материал для презентации в ходе деловой игры:

Мудрецы: подбирают афоризмы, изречения, притчи о здоровье и его сохранении.

Обыватели: составляют рейтинг факторов и ограничений, мешающих им иметь оптимальный уровень здоровья

Статистики: готовят статистические данные, характеризующие состояние здоровья населения, его динамику и проблемы в разных демографических группах.

Журналисты: представляют обзор публикаций по проблеме здоровья и здоровьесбережения для разных целевых групп.

Социологи: проводят опрос и обобщают полученные данные с целью выявления отношения населения к здоровью и собственной активности в вопросах здоровьесбережения.

Юристы: представляют законодательные акты, регламентирующие права граждан в области охраны здоровья.

Политики: разрабатывают, предложения, законопроект по улучшению здоровья и практик его сбережения в современных условиях.

Занятие 2. Здоровый стиль жизни и личная гигиена как основа здоровьесбережения

Вопросы для обсуждения:

1. Здоровый стиль жизни как индивидуально обоснованный вариант ЗОЖ.
2. Основные требования личной гигиены: гигиена сна, гигиена кожи, полости рта, одежды и обуви, гигиена жилища.
3. Режим дня, его значение, основные требования.
4. Параметры оптимальной физической активности. Индивидуальный подход к выбору видов физического самосовершенствования.
5. Закаливание: общие принципы и процедуры.

Задания для самостоятельной работы.

1. Разработать памятку по режиму дня (в геронтологическом центре, в реабилитационном центре для несовершеннолетних, для семьи, имеющей детей школьного возраста)
2. Составить примерный режим дня для учащегося во вторую смену с биоритмами сова и жаворонок.
3. Подготовить сообщение об одном из видов физической культуры с ориентацией на целевую группу (либо вариант для специалистов, либо в форме популярной беседы для клиентов), или подготовить комплекс утренней зарядки для целевой группы.
4. Составить приемлемый для Вас алгоритм закаливания.

Занятие 3. Технология рационального питания

Вопросы для обсуждения:

1. Основные принципы рационального сбалансированного питания.
2. Роль различных пищевых веществ в питании человека.
3. Особенности питания в разном возрасте.
4. БАДы в жизни современного человека.

Задания для самостоятельной работы

1. Посчитать энергетическую ценность потребляемых Вами за день продуктов (оформить в табличке: прием пищи, наименование продукта, объем порции, энергетическая ценность на 100гр. и в пересчете на съеденное, суммировать все приемы пищи)
2. Составить меню-раскладку на день для себя с учетом принципов рационального питания. Выполнить взаимное рецензирование (по соответствию общей калорийности с учетом группы энергопотребления, по соотношению белков, жиров, углеводов, по распределению пищи между приемами) и дать рекомендации.
3. Подготовить сообщение о какой-либо диете, системе питания (каждому). Дать ее критическую оценку.
4. Подготовить сообщение на тему «Генетически модифицированные продукты» (от группы)

Занятие 4. Стресс и его профилактика

Вопросы для обсуждения:

1. Разрушительное воздействие стресса на здоровье.
2. Стрессоустойчивость как жизненно необходимое свойство современного человека и способы ее формирования.
3. Модели копинга и способы его улучшения.
4. Методы и приемы стрессопротекции

Задания для самостоятельной работы:

1. Подготовить сообщение:
 - А) Умение расслабляться – один из секретов здоровья и долголетия (по выбору о методах релаксации: прогрессивная мышечная релаксация по Джекобсону, антистрессовая релаксация, рекомендованная ВОЗ; китайская релаксационная гимнастика, медитация, аутогенная тренировка).
 - Б) Терапия «здравым смыслом» против стресса.
 - В) Как стать своим собственным психотерапевтом (метод Д. Рейнуотер)

Самостоятельная работа

Тема: Нетрадиционные методы и технологии здоровьесбережения

1. Подготовить сообщения на темы (по выбору):
 - А) Опыт применения нетрадиционных методов оздоровления в реабилитационных центрах.
 - Б) Немедицинские здоровьесберегающие технологии в реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья.
 - В) Успешные практики исцеления от смертельно опасных заболеваний.
2. Провести мини-мастер- класс по использованию оздоровительных техник (зарядка для глаз, массаж при рассеянности, дыхательная гимнастика, сеанс смехотерапии, самовнушение и др.)
3. Тест для самоконтроля.
 1. Определение здоровья как состояния организма, которое обеспечивает полноценное и эффективное выполнение социальных функций соответствует а) синергетической концепции, б) функциональному подходу, в) традиционному подходу, г) адаптационной концепции.

2. Класс функциональных состояний с достаточными адаптационными возможностями организма – это а) физиологическая норма, б) донозологическое состояние, в) преморбидное состояние, г) патологическое состояние.
3. Способность человека использовать отображение внешнего мира, контролировать свои эмоции и поведение, справляться со стрессами, удовлетворять свои потребности биологического и социального характера – это а) социальное здоровье, в) физическое здоровье, г) психологическое здоровье, г) профессиональное здоровье.
4. Совокупность приемов, методов и воздействий в определенной последовательности и взаимосвязи, направленных на оказание помощи клиенту в устранении факторов риска и оптимизацию повседневной жизнедеятельности, вследствие реализации которой (совокупности) происходит развитие адаптационных возможностей, улучшение общего самочувствия личности и ее социального функционирования – это а) технологии иммунодиагностики и иммунокоррекции; б) образовательные здоровьесберегающие технологии, в) технологии здоровьесбережения в социальной работе; г) технологии психопрофилактики
5. Организация комнат психологической разгрузки, проведение витаминизации, йодирование питьевой воды, диетическое питание, проведение физкультпауз или «минутки покоя» - элементы технологий а) защитно-профилактических, б) стимулирующих, в) компенсаторно-нейтрализующих, г) рекреационно-оздоровительных.
6. Бальнеотерапия – это метод оздоровления, связанный с воздействием а) праздника, б) животного мира, в) минеральных вод, г) через песок
7. Гимнастика мозга; точечный массаж, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз относятся к а) кинезотерапии, б) иппотерапии, в) ритмотерапии, г) синтонии
8. Альтотерапия – метод лечения а) камнями, б) фруктами, в) водорослями, г) внушением
9. Гелиотерапия – метод лечения а) песком, б) грязями, г) светом, д) темнотой
10. Метод оздоровления на основе использования эфирных масел и масляных суспензий а) фитотерапия, б) ароматерапия, в) ампелотерапия, г) апитерапия.

Тема: Диагностика потенциалов здоровья

1. Провести самодиагностику всех компонентов здоровья по одной или нескольким методикам из каждой группы. Представить результаты в виде отчета.

Литература:

1. Виленский М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента. – М., 2012
2. Практикум по психологии здоровья / под ред. Г.С. Никифорова. – СПб: ПИТЕР, 2005

Тема: Гигиеническое воспитание и современные информационно-образовательные технологии в формировании ЗОЖ населения.

1. Разработать сценарий проведения мероприятия информационно-образовательной направленности по проблеме здорового образа жизни (валеада, конкурс знатоков здоровья, станционная игра, день здоровья, и др.).
2. Предложить решение к мини-кейсам.
 - А) В социальном приюте для детей и подростков «Марьино» разрабатывается реабилитационный аспект ресоциализации воспитанников. Уже разработаны общеоздоровительные и лечебные мероприятия. В частности, общеоздоровительные мероприятия включают:
 - а. организацию правильного режима дня, включающего продолжительные прогулки на свежем воздухе, дневной сон, правильное чередование труда и отдыха; организацию полноценного питания и дополнительного питания для воспитанников с дефицитом массы тела;
 - б. организация утренней оздоровительной гимнастики, занятия на тренажерах ;
 - с. закаливание;
 - д. санация очагов хронической инфекции (в полости рта, в носоглотке);

- e. лечение и профилактика педикулеза; дегильминтизация;
- f. направление ослабленных и тубинфицированных детей в санатории;
- g. организация профилактических прививок;
- h. витаминизация блюд.

Лечебные мероприятия предусматривают:

- i. направление на плановое лечение детей с хроническими соматическими заболеваниями в стационарные условия;
- j. коррекция нарушений зрения, обеспечение нуждающихся детей очками;
- k. медикаментозная коррекция невротических, неврозоподобных расстройств в условиях приюта;
- l. лечение речевых нарушений;
- m. медикаментозная и немедикаментозная коррекция когнитивных нарушений.

Однако мероприятия в рамках воспитательно-образовательной работы с воспитанниками по формированию основ здоровой жизнедеятельности и санитарно-просветительской работы с семьями воспитанников еще не определены.

Задание. Предложите необходимый и достаточный перечень мероприятий по двум указанным направлениям.

Б). На беседу к специалисту социальной работы геронтологического центра пришел Осипов Валерий Петрович, 1930 г.р., проживающий в центре 11 месяцев. Он рассказал, что его давние безуспешные поиски сына, наконец, закончились. Пожилому человеку удалось выяснить, что сын отбывает наказание в исправительной колонии, и до выхода на свободу ему осталось около 4-х лет. Отец с сыном не виделись более 20 лет. Валерий Петрович мечтает дожить до освобождения сына, увидеться, и, возможно, поселиться вместе. Однако Валерий Петрович опасается, что здоровье его становится хуже, и что он может умереть, не дождавись сына. Валерий Петрович искренне заверяет, что с этого дня он не будет нарушать правила центра (выпивать при случае, нарушать распорядок дня и т.д.) и очень просит как-нибудь помочь ему поддержать здоровье. В прошлом Валерий Петрович был весьма уважаемым человеком, работал на заводе, играл в футбольной сборной завода, даже был когда давно донором. Как вышел на пенсию, похоронил жену, потерял связь с сыном, так и махнул на себя рукой. В центре ему делают уколы, обследования разные. Но Валерию Петровичу кажется, что этого мало.

Задание. Определите, какую помощь может оказать в данном случае специалист социальной работы. Составьте алгоритм работы специалиста по данному случаю.

В). В социальном приюте для детей и подростков «Надежда» заместитель директора по воспитательно-реабилитационной работе, проводя производственное совещание, обратила внимание на необходимость изменений в профилактической работе «За здоровый образ жизни». «К сожалению, - констатировала она, - многие наши дети из неблагополучных семей, и уже попробовали в своей жизни и сигареты, и наркотики. Стандартные беседы и нравоучения уже не помогают. Поэтому нужно тщательно продумывать работу, направленную на искоренение вредных привычек».

Задание. Опишите, чтобы предложили Вы в данной профессиональной ситуации, будучи специалистом этого учреждения. Аргументируйте свою позицию.

Г) На участке обслуживания педиатра Малышкиной Н.А. проживает семья Авиловых. В семье 3 детей дошкольного возраста и 3 школьников. В среднем в семье заболеваемость одного ребенка в год составляет 135 дней. Четверо детей имеют хронические заболевания (3 группа здоровья), наследственный генез не установлен. По антропометрическим показателям развитие детей соответствует возрастной норме. Дети дошкольного возраста организованный детский коллектив не посещают. Мать не работает, находится в отпуске

по уходу за ребенком до 1,5 лет. Жилищные условия удовлетворительные. Абулаторно-поликлиническое учреждение имеет в штате специалиста социальной работы, который возглавляет психолого-медико-социальную службу данного учреждения. Им было взято дело семьи Авиловых под постоянный контроль

Задание. Разработать план оказания помощи семье по предупреждению случаев заболеваемости детей. Определить содержание профилактических мероприятий информационно-образовательной направленности.

Тема: Технологии профилактики вредного воздействия на здоровье производственных условий.

Задания для самостоятельной работы.

1. Разработайте проект комнаты социально-психологической разгрузки в производственных условиях.

Тема: Технологии профилактики социально значимых заболеваний

Задания для самостоятельной работы.

1. Разработайте макет наглядного пособия для профилактики среди подростков ИПП.
2. Приведите примеры мифов о социально значимых заболеваниях и обеспечьте их контраргументацию.
3. Разработайте памятку по профилактике гепатита, сахарного диабета, болезней, вызванных повышенным кровяным давлением (по выбору)

Тема: Технологии профилактики зависимостей

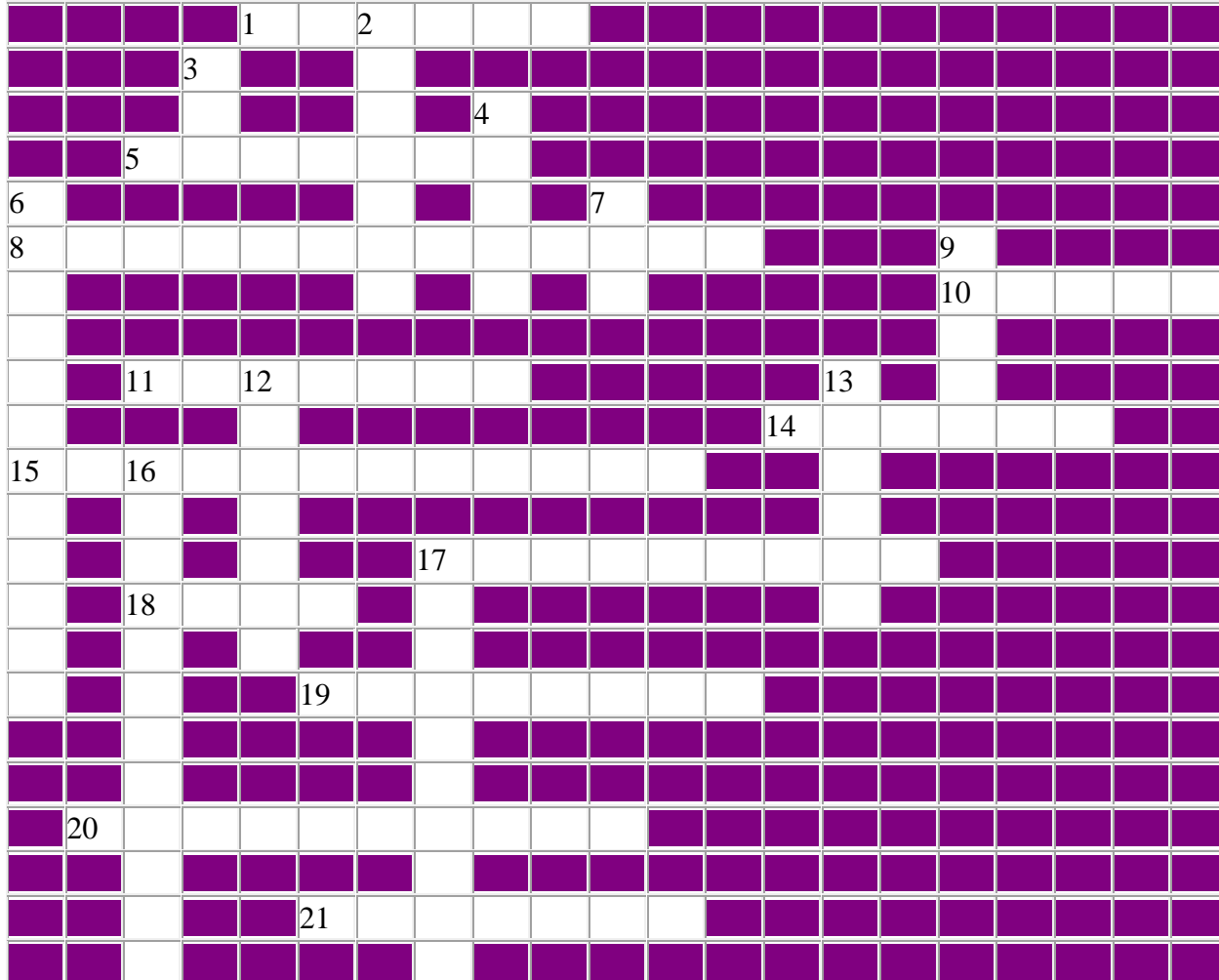
1. Разделившись на микрогруппы, разработать тренинг по профилактике наркозависимости, зависимости от табака, зависимости от алкоголя в подростково-молодежной среде.
2. Решите кроссворд.

По горизонтали:

1. Орган - очаг болезни курильщика.
5. Современный наркотик - стимулятор, распространенный среди молодежи.
8. Одно из психических состояний наркомана.
10. Наркотик, обладающий затормаживающим действием.
11. Растение, из которого производят ряд наркотических средств.
14. Одна капля никотина убивает...
15. Отравление организма токсинами.
17. Угнетенное, подавленное психическое состояние наркомана.
18. Распространенное заболевание наркоманов, "чума 20 века"
19. Изменяется под воздействием наркотиков.
20. Болезнь, характеризующаяся непреодолимым влечением к наркотикам.
21. "Страдает" при употреблении любых наркотиков.

По вертикали:

2. Распространенная среди наркоманов болезнь, "сладкий убийца".
3. Распространенное заболевание курильщиков.
4. Она "тает" у наркомана с каждой принятой дозой.
6. Обман чувств, ложное восприятие окружающего вследствие употребления некоторых наркотиков.
7. Часто употребляемый среди молодежи галлюциноген.



9. Состояние физической зависимости в стадии обострения (разг.).

12. Яд, содержащийся в сигарете.

13. Опиат.

16. Болезнь, вызванная употреблением токсических веществ.

17. Последствия для "личности", начавшей употреблять наркотики.

3. Составьте свой кроссворд по алкоголезависимости. Подумайте, в раках каких форм работы уместно использовать с целевой аудиторией приемы решения подобных кроссвордов.

Тема: Технологии профилактики вредных воздействий окружающей среды.

1. Напишите эссе на тему «Как снизить риски здоровью в быту»

Презентация индивидуальной технологии улучшения здоровья.

Анализ данных диагностики здоровья. Отбор компонентов программы в соответствии с состоянием здоровья. Приведение программы здоровья в соответствии с личными целями и возможностями. Составление подпрограмм: улучшения физической формы, улучшения питания, очищения организма, повышения иммунитета, снятия напряжения, оптимизации социального и психологического самочувствия, Объединение составляющих в единую технологию. Определение последовательности и планирование этапов. . Применение, усовершенствование и коррекция технологии.

**6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной и текущей аттестации
Критерии и показатели оценивания компетенций по дисциплине**

| компетенция | критерии | показатели (по уровням) |
|-------------|-----------|---|
| ОПК-6 | Знаниевый | Зачтено: знает психолого-педагогические |

| | | |
|---|--|--|
| <p>способность к эффективному применению психолого-педагогических знаний для решения задач общественного, национально-государственного и личностного развития, проблем социального благополучия личности и общества</p> | <p>Деятельностный</p> | <p>основания и механизмы разработки и применения здоровьесберегающих технологий Не зачтено: не демонстрирует знания психолого-педагогических закономерностей при разработке технологий здоровьесбережения Зачтено: владеет психолого-педагогическим инструментарием здоровьесберегающей деятельности Не зачтено: не применяет психологический и педагогический инструментарий для разработки здоровьесберегающих технологий.</p> |
| <p>ОПК-8 способность к предупреждению и профилактике личной профессиональной деградации, профессиональной усталости, профессионального «выгорания»</p> | <p>Знаниевый Деятельностный</p> | <p>Зачтено: знает компоненты и факторы профессионального здоровья, технологии его укрепления Не зачтено: представления о профессиональном здоровье, факторах и путях его сохранения имеют житейский характер. Зачтено: при разработке индивидуальной технологии планирует целесообразные мероприятия по сохранению профессионального здоровья. Не зачтено: не способен спланировать и реализовать мероприятия по сохранению профессионального здоровья</p> |
| <p>ПК-2 способность к выбору, разработке и эффективной реализации социальных технологий и технологий социальной работы, направленных на обеспечение прав человека в сфере социальной защиты</p> | <p>Знаниевый Деятельностный</p> | <p>Зачтено: знает назначение и виды здоровьесберегающих технологий, алгоритм разработки индивидуальной технологии здоровьесбережения, осознает их роль в системе социальной защиты Не зачтено: здоровьесберегающие технологии не рассматриваются в контексте обеспечения прав человека в сфере социальной защиты Зачтено: адекватно отбирает и разрабатывает технологии здоровьесбережения для различных клиентальных групп Не зачтено: технологии здоровьесбережения применяются вне контекста профессиональной ситуации</p> |
| <p>ПК-3 способность предоставлять меры социальной защиты, в том числе социального обеспечения,</p> | <p>Знаниевый Деятельностный</p> | <p>Зачтено: рассматривает здоровьесберегающие технологии как ресурс самопомощи клиентов Не зачтено: не осознает возможности актуализации личностного потенциала клиентов посредством реализации здоровьесберегающей деятельности</p> |

| | | |
|--|--|--|
| <p>социальной помощи, социального обслуживания с целью улучшения условий жизнедеятельности гражданина и расширения его возможностей самостоятельно обеспечивать свои жизненные потребности, путем мобилизации собственных сил, физических, психических и социальных ресурсов</p> | | <p>Зачтено: использует здоровьесберегающую деятельность в целях мобилизации ресурсов самопомощи; Не зачтено: не способен актуализировать физические, психические и социальные ресурсы клиентов посредством включения их в здоровьесберегающую деятельность</p> |
| <p>ПК-6 способность к осуществлению профилактики обстоятельств, обуславливающих потребность граждан в социальных услугах, мерах социальной помощи</p> | <p>Знаниевый</p> <p>Деятельностный</p> | <p>Зачтено: знает о факторах риска здоровью и направленных на их минимизацию мероприятиях. Не зачтено: представления о факторах риска для здоровья и мероприятиях по их профилактике имеют обобщенно-поверхностный характер, без учета профессионального контекста.</p> <p>Зачтено: разрабатывает целесообразные меры и мероприятия по предупреждению социально зависимых нарушений здоровья Не зачтено: не владеет навыками осуществления профилактической деятельности в отношении социально обусловленных нарушений здоровья.</p> |

Оценочные средства (примеры)

Текущий контроль сформированности компетенций осуществляется при оценке работы студента на семинарах (ответы на вопросы, участие в дискуссии, решение практических задач, выполнение диагностических процедур) и по результатам выполнения самостоятельных работ. Работа на семинаре и выполнение заданий для самостоятельной работы отдельно оцениваются по традиционной 5-балльной системе. Для получения «Зачета» студенту необходимо набрать в семестре 60 баллов. Если сумма набранных баллов ниже, студенту предлагается выполнить **контрольную работу**. Для получения зачета по результатам выполнения контрольной работы необходимо набрать не менее 25 баллов. Каждое правильно выполненное задание оценивается в 1 балл. При наличии любых неточностей задание оценивается в 0 баллов. Примерный вариант контрольной работы представлен ниже.

Примерный вариант контрольной работы

1. Из приведенных определений выберите принятое Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ): «Здоровье человека – это...»:
 - А) – отсутствие болезней и физических недостатков;
 - Б) – отсутствие болезней, а также оптимальное сочетание здорового образа жизни с умственным и физическим трудом;
 - В) – состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков.
2. Текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития, опосредованная базовыми потребностями, доминирующими на различных этапах онтогенетического развития, – это
 - А) – физическое здоровье;
 - Б) - соматическое здоровье;
 - В) – психическое здоровье;
 - Г) – социальное здоровье.
3. Гиподинамия – это:
 - А) – недостаток движения;
 - Б) - избыток движения;
 - В) – физическое перенапряжение
 - Г) – обоснованное сокращение двигательной активности по медицинским показаниям.
4. Какие функции не выполняет специалист социальной работы в учреждениях здравоохранения:
 - А) - социально-ориентированные
 - Б) – медико-ориентированные
 - В) – лечебно-диагностические
 - Г) - интегративные
5. Заполните пропуск соответствующим названием научной дисциплины: Совокупность научных знаний о формировании, сохранении и укреплении индивидуального здоровья – это.....
6. Практика реализации культурных образцов здорового образа жизни в индивидуальной жизнедеятельности субъекта:
 - А) – самосохранительное поведение;
 - Б) – здоровый стиль жизни;
 - В) – культура здоровья,
 - Г) - саногенное мышление
7. Установите соответствие понятия и его определения (во втором столбце обведите цифру, соответствующую понятию):

| | |
|-------------------|---|
| 1. Образ жизни | Поведенческие особенности жизни человека, определенный стандарт, под который подстраивается психология и психофизиология личности 1 2 3 4 |
| 2. Уровень жизни | Определенный тип жизнедеятельности человека, включающий труд, быт, формы удовлетворения материальных и духовных потребностей, правила индивидуального и общественного поведения 1 2 3 4 |
| 3. Качество жизни | Категория, характеризующая степень удовлетворения материальных, духовных и культурных потребностей человека 1 2 3 4 |

| | |
|----------------|---|
| 4. Стиль жизни | Категория, характеризующая степень комфорта в удовлетворении человеческих потребностей. 1 2 3 4 |
|----------------|---|

8. С чего следует начинать при формировании здорового стиля жизни личности:

- А) - формирование ценностей ЗОЖ
- Б) - формирование мотивации ЗОЖ
- В) – освоение знаний о ЗОЖ
- Г) – формирование навыков ЗОЖ
- Д) – включение в здоровьесберегающую деятельность.

9. Социальный педагог проводит беседу о профилактике наркомании и при этом подробно рассказывает, как наркотическое опьянение может быть достигнуто в домашних условиях. Какой принцип образования в области здоровья нарушен?

- А) – научности и валеопедагогической компетентности;
- Б) – актуальности и информационного опережения;
- В) – информационной безопасности;
- Г) соблюдение этических правил
- Д) личностно ориентированный подход.

10. Перечислите все компоненты интегративной категории «здоровье».....

.....

.....

.....

11. Проранжируйте переходные состояния здоровья от лучшего (№ 1) к наихудшему (№ 7) в соответствии с классификацией А.В. Виноградова:

- Инвалидность
- Условное здоровье
- Пограничные состояния
- Полная утрата функций
- Летальный исход
- Хронические заболевания
- Функциональные отклонения

12. Установите иерархию понятий: А)закономерности роста и развития человека; Б)закон эволюционно-генетической целесообразности; В)принципы здорового образа жизни; Г)правила активного долголетия, правила закаливания. (напишите соответствующую последовательность букв)

.....

13. Многолетние исследования специалистов в разных странах мира показали, что здоровье человека зависит от нескольких групп факторов и их процентное соотношение не равнозначно. Обозначьте эти факторы в соответствии с их вкладом в обеспечение здоровья:

- (15-20%)
-(20-25%)
-(10-15%)
-(50-55%)

14. Установите соответствие названия здоровьесберегающих технологий и их целевого назначения (во втором столбце обведите цифру, соответствующую названию):

| | |
|---|--|
| 1. Медико-психологические технологии первичной профилактики | Помощь в осознании и преодолении барьеров (когнитивных, эмоциональных и поведенческих) препятствующих пониманию необходимости изменения форм собственного поведения и стиля жизни. 1 2 3 |
| 2. Социально-педагогические | Адаптация к требованиям социальной среды, формирование и развитие социальной и персональной компетентности, ресурсов |

| | |
|---|--|
| технологии первичной профилактики | личности, адаптивных стратегий поведения, высоко функционального жизненного стиля 1 2 3 |
| 3. Психотерапевтические технологии вторичной профилактики | Предоставление объективной информации о психоактивных веществах, их действии на психику и организм, последствиях употребления и возможной помощи при возникновении проблем, связанных с ними; мотивация здорового образа жизни, создание сетей социальной поддержки, альтернативные программы проведения досуга. 1 2 3 |

15. Назовите одним словом, перечисленные явления.

Предупреждение употребления ПАВ, минимизация производственного травматизма, нейтрализация факторов риска развития заболеваний, устранение негативного воздействия внешних факторов на здоровье человека, недопущение ухудшения показателей здоровья, подготовка к экстремальным ситуациям -

16. Заполните пропуск, дав название представленному перечню:

Отказ от вредных пристрастий, оптимальный двигательный режим, рациональное питание, закаливание, личная гигиена, положительные эмоции - это.....

17. Установите причины и следствие:

| | |
|------------------------------------|---|
| сколиоз близорукость инсульт | недостаточная освещенность рабочего места |
| | неравномерность освещения |
| | неправильный подбор мебели |
| | неправильная посадка |
| | избыточная масса тела |
| | гиподинамия |
| | нарушения режима дня, недостаточный сон |

18. Установите соответствие технологий и применяемых в них методов (соедините стрелочками)



19. Выделите общие и частные признаки здорового образа жизни (подчеркните соответствующую букву):

рациональное питание (О, Ч), утренняя гимнастика (О, Ч), обтирание холодной водой(О, Ч), прогулки на свежем воздухе (О, Ч), оптимизм (О, Ч), личная гигиена (О, Ч), медицинская активность(О, Ч), активный отдых (О, Ч), отказ от употребления табака, алкоголя, наркотиков, соблюдения режима труда и отдыха (О, Ч).

20. Установите соответствие:

| | |
|---|---|
| Виды здоровьесберегающих технологий в образовании | Соматометрические, физиометрические, соматоскопические |
| Основные направления здорового образа жизни | Реабилитационно-профилактические, физкультурно-оздоровительные, общегигиенические, культурно-просветительские, рекреационно-экологические |
| Группы показателей физического развития | Персональная гигиена, общественная гигиена, гигиена окружающей среды |
| | Педагогические, медико-профилактические, санитарно-гигиенические |

21. В каком хронологическом порядке шло развитие концепций здорового образа жизни (впишите буквы в нужной последовательности):

- А) – валеологическая концепция
- Б) – медико-гигиеническая концепция
- В) - философско-социологическая концепция
- Г) – психолого-педагогическая концепция?

22. Дайте название группе перечисленных ниже методов, применяемых в здоровьесберегающей практике:

техники активно-мышечной релаксации, аутогенная тренировка, хатха-йога, медитативные техники, методы самогипноза, идеомоторная тренировка специализированные виды гимнастики, дыхательные упражнения.

.....
.

23.Какой общий эффект объединяет такие факторы здорового образа жизни, как рациональное питание, занятия физической культурой, закаливание

.....

24. Выстройте логическую цепочку (пронумеруйте явления в их последовательности):
болезнь, событие, восприятие, эмоциональная реакция, физиологическая реакция, иммуносупрессия.

25. Выделите общее в алкоголизме, наркомании, токсикомании, табакокурении.....

.....
.....
.....

26.Установите соответствие функций специалиста социальной работы и критериев оценки их результативности:

| | |
|-------------------------|---|
| 1.Социально-медицинская | Доступность и популярность диспансеризации Содействие соблюдению социальных гарантий и льгот в области |
|-------------------------|---|

| | |
|----------------------------------|---|
| | охраны здоровья 1 2 3 4 5 |
| 2.Социально-педагогическая | Реальность оценки индивидуально-психологических, личностных особенностей. Адекватность идентификации ресурсов. Точность определения проблемного поля. 1 2 3 4 5 |
| 3.Организационно-коммуникативная | Своевременность определения необходимых условий и возможных затруднений. Корректность «дерева целей» и адекватность ему управляющей и исполнительской программы 1 2 3 4 5 |
| 4.Диагностическая | Степень использования внешних и смежных ресурсов 1 2 3 4 5 Координация деятельности всех субъектов социального воспитания |
| 5.Прогностическая | Адекватность содержания, форм и методов возрастным, индивидуально-психологическим особенностям, характеру проблемы и социальной ситуации в микросреде Динамика уровня социальной адаптации 1 2 3 4 5 |

27. Установите первоначальную принадлежность к научным дисциплинам методов, используемых в здоровьесберегающей деятельности специалистов социальной работы (впишите название науки в правый столбец)

| | |
|--------------------------------------|--|
| санитарно-описательные | |
| санитарно-просветительские | |
| катарсические | |
| оптимизирующие | |
| коллективной творческой деятельности | |
| терапевтического сообщества | |

28 Заполните пропуски в таблице «Общественный и индивидуальный уровни здоровья»:

| Уровни анализа | Феномены культуры здоровья | | | |
|----------------|--|---------------------------|-------------------|--------------------|
| | когнитивный | эмоциональный | поведенческий | социальный |
| общество | | Нормы и ценности здоровья | Практика здоровья | Институты здоровья |
| индивид | Знания и убеждения относительно здоровья | | | |

29. Принципы оптимизации трудового процесса при интеллектуальной деятельности (по Н.Е. Введенскому):

- А) – постепенное вхождение в работу и поддержание оптимального ритма труда;
- Б) – выполнение интеллектуальной работы преимущественно в утреннее время;
- В) – соблюдение определенной последовательности выполняемых операций и правильное чередование труда и отдыха
- Г) – использование чая и кофе для стимуляции интеллектуальной деятельности
- Д) – равномерная и систематическая деятельность

30. Заполните пропуск междисциплинарным понятием, которое означает:
Опережение сроков начала роста детей, ускорение процессов роста и развития, стабилизацию роста и развития в более ранние сроки -

31. Установите правильную последовательность режимных моментов для учащегося в первую смену (впишите перечень букв в нужной последовательности):

- А) – пребывание на воздухе;
- Б) – компьютерные игры;
- В) – учебные занятия в школе;
- Г) – полдник;
- Д) – сон;
- Е) – завтрак;
- Ж) – обед;
- З) - приготовление уроков;
- И) – ужин

32. Какое междисциплинарное понятие выступает ключевым в отдельной группе определений здоровья (используется в биологии, психологии, социальной работе др. дисциплинах)?

33. Установите соответствие:

| | |
|--|--|
| 1. Валеологический подход в изучении здорового образа жизни | Амосов Н.А, Изуткин А.М., Лаптев А.П., Ю.П. Лисицин, Степанов А.Д, Царегородцев Г.И 1 2 3 4 |
| 2. Медико-гигиенический подход в изучении здорового образа жизни | Бальсевич В.К., Мильштейн О.А Пономарчук В.А., Филиппов Л.В 1 2 3 4 |
| 3. Социально-философский подход в изучении здорового образа жизни | Барышева Н.В., Виленский М.Я, Д.В. Колесов, Лубышева Л.И 1 2 3 4 |
| 4. Психолого-педагогический подход в изучении здорового образа жизни | Брехман И.И., Татарникова Л.Г., Зайцев Г.К 1 2 3 4 |

34. Установите соответствие морфофункциональных типов, их предрасположенности к отдельным заболеваниям и целесообразности видов физических упражнений (соедините стрелочками)

| | | |
|--------------|---|---------------------------------------|
| Нормостеники | Болезни крови, простудные заболевания, нарушения опорно-двигательного аппарата, болезни нервной системы | Упражнения на гибкость и растягивание |
| Астеники | Заболевания сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, болезни обмена веществ | |
| Гиперстеники | | Силовые виды спорта |

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учебное пособие для академического бакалавриата / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 241 с. — (Серия : Образовательный процесс). — ISBN 978-5-534-04514-7. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/F4CB7941-0C93-4C82-842E-1ABAD2E533C9.

2. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 499 с. — (Серия : Бакалавр. Прикладной курс). — ISBN 978-5-534-00710-7. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/0DFFF3DF-1B11-4580-9C97-9CFDB0A409A4.
3. Петрушин, В. И. Психология здоровья : учебник для академического бакалавриата / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 431 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-04553-6. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/BFFC2471-0F18-40BB-8A8F-59D2F5A182D5.
4. Петряков, П. А. Проектное обучение основам здорового образа жизни : учебное пособие для СПО / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 191 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-03437-0. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/4F4CA9BC-579F-49E7-B142-9DDFB67832B9.

Дополнительная литература

1. Ароматерапия// Рабочая книга практического психолога. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. – С. 255-258
2. Безруких, М.М. Две недели в лагере здоровья: методическое пособие для учителя / М. М. Безруких, Т. А. Филиппова, А. Г. Макеева. - Москва: ОЛМА Медиа Групп, 2012 - 75с.
3. Булыгина О.Н. Оздоровление и реабилитация детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата в условиях школы-интерната// Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. – 2004. - №4. – С. 5-8
4. Васильева, О.С. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. - М., 2001
5. Валеология : Учебное пособие [Электронный ресурс]. /Я.Л. Мархоцкий Минск : Вышэйшая школа, 2010. – 288 с.- Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=119733&sr=1>
6. Горина Е.А. Фомина Н.А. Музыкально-ритмическая дыхательная гимнастика для дошкольников с ограниченными возможностями// Начальная школа: плюс до и после. – 2005. - № 10. С. 11-14
7. Казаков, Я.В. Метод проектов в формировании интереса студентов к физической культуре/ Я.В. Казаков /Молодежь, здоровье, физическая культура и спорт в современных условиях: материалы Всероссийской научно-практической конференции/ под ред. Проф. В.П. Губы. – Смоленск: СГУ, 2008. – С.71-75
8. Комплексная организация в природных условиях здоровьесберегающей среды для подростков и семей с детьми, находящихся в трудной жизненной ситуации: сборник методических материалов по итогам реализации социального проекта «Росинка»/ М-во здравоохранения и социального развития РФ, СОГУ «Вяземский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Гармония». – Смоленск, 2010. – 101с.
9. Концепция развития системы здравоохранения в Российской Федерации до 2020 года.
10. Копышев В.А. Все о правильном питании. – М., Олма-Пресс, 2001. – 304 с.
11. Медицинская профилактика. Современные технологии. Под ред. А.И. Вялкова, 2009 г. – 245 с.
12. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. – М. 2011
13. Мой стиль жизни – здоровье и успех: метод. пособие по организации профилактической работы для психологов и педагогов/ Департамент образования г. Москвы, Московский гор. пед. ун-т. – М: Школьная книга, 2010. – 143с.
14. Нетрадиционные методы в коррекционной педагогике/ Сост. М.А. Поваляева. – Ростовн/ Д.- 2006 – 349с.

15. Подготовка специалистов социальной работы к обеспечению здорового стиля жизни клиентов/ С.О. Авчинникова.. – Смоленск, изд-во «Смоленская городская типография», 2009. – 272 с.
16. Практикум по психологии здоровья / под ред. Г.С. Никифорова. – СПб: ПИТЕР, 2005
17. Программный подход в практике работы детских социозащитных учреждений Смоленской области. Практическое пособие. – Смоленск, 2012. – 244с.
18. Семикин, Г.И. Здоровьесберегающие технологии и профилактика девиантного поведения в образовательной среде. Гриф УМО. [Электронный ресурс] / Г.И. Семикин, Г.А. Мысина, А.С. Миронов. — Электрон. дан. — М. : МГТУ им. Н.Э. Баумана, 2013. — 79 с. — Режим доступа: <http://e.lanbook.com/book/52551>
19. Современные технологии оздоровления детей и подростков в учреждениях социальной сферы/ руководство для врачей, психологов, социальных работников. - Смоленск, 2009 – 270с.

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

(Электронные библиотеки, профессиональные базы данных, информационные справочные системы и т.п.)

1. Электронная библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ»: <http://biblio-online.ru/>. Договор № 3074 от 15.11.2017, ежегодное обновление
2. Информационный портал Здоровье работающего населения - <http://trudizdorovie.ru/>
3. Глобальная стратегия по питанию, физической активности и здоровью. Утверждена Всемирной ассамблеей здравоохранения, резолюция 57.17 от 22 мая 2004 года // Официальный сайт Всемирной организации здравоохранения. URL: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/goals/ru/index.hhnl> »
4. Декларация, принятая на шестьдесят третьей ежегодной Конференцией Департамента общественной информации Организации Объединенных Наций для неправительственных организаций «Повышение эффективности здравоохранения повсюду в мире: достижение целей в области развития, сформулированных в Декларации тысячелетия». URL: <http://daccess-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/N10/592/55/PDF/N1059255.pdf?>
5. Деятельность ООН в области здравоохранения. URL: <http://www.un.org/ru/development/health/index.shtml>
6. Деятельность ООН по борьбе с ВИЧ/СПИДом. URL: <http://www.un.org/ru/aids/>
7. Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года. <http://base.garant.ru/194365/>
8. Здоровая Россия. Центры здоровья <http://www.takzdorovo.ru/>
9. Основные положения стратегии охраны здоровья населения РФ на период 2013-2020 гг. и последующие годы <http://www.nacmedpalata.ru/?action=show&id=12658>
10. Комплексная общественная программа «Здоровье населения» <http://ligazn.ru/uploads/events/31/file/3a5451962881bd6851b0ef8ab40f2580.pdf>
11. Медицинская информационная сеть. Портал о здоровье и медицине <http://www.medicinform.net/>
12. Электронный научный журнал «Социальные аспекты здоровья населения» <http://vestnik.mednet.ru/>
13. Лебедева-Несевря Н.А. Социология здоровья: учебное пособие для студентов вузов/ Перм. гос. нац. исслед. ун-т. – Пермь, 2011. – 238с. <http://fcrisk.ru/sites/default/files/upload/monograph/520/cociologiya.pdf>

8. Перечень информационных технологий

Microsoft Open License (Windows XP, 7, 8, 10, Server, Office 2003-2016), Лицензия 66920993 от 24.05.2016, до 31.05.2018

Microsoft Open License (Windows XP, 7, 8, 10, Server, Office 2003-2016), Лицензия 66975477 от 03.06.2016, до 30.06.2018

Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный, Лицензия 1FB6151216081242, ежегодное обновление

9. Материально-техническая база

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации: стандартная учебная мебель (30 учебных посадочных мест), стол и стул для преподавателя – по 1 шт., кафедра для лектора – 1 шт., доска настенная трехэлементная – 1 шт.

Помещение для самостоятельной работы (библиотека СмолГУ): читальный зал библиотеки, учебная мебель (100 посадочных мест), компьютеры – 2 шт.; отдел электронных ресурсов библиотеки: учебная мебель (15 посадочных мест), компьютерный класс с выходом в сеть Интернет (12 компьютеров)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 03B6A3C600B7ADA9B742A1E041DE7D81B0
Владелец: Артеменков Михаил Николаевич
Действителен: с 04.10.2021 до 07.10.2022