

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Кононов Юрий Григорьевич
 Должность: и.о. директора Инженерного института
 Дата подписания: 28.09.2022 15:52:39
 Уникальный программный ключ:
 022438de60784406ca128909652de70601064a7

Аннотация дисциплины

Наименование дисциплины	Основы здорового образа жизни
Содержание	Здоровье как государственная задача и личная потребность человека. Понятие «образ жизни». Проблемы в формировании здорового образа жизни. Влияние физических нагрузок на опорно-двигательный аппарат человека. Влияние физических нагрузок на нервную систему человека Влияние физических нагрузок на сердечнососудистую систему. Влияние физических нагрузок на дыхательную систему человека. Влияние физических нагрузок на эндокринную систему. Влияние физических нагрузок на пищеварительную систему. Составляющие здорового образа жизни. Оценка функционального состояния человека
Результаты освоения дисциплины	Знает основы физической культуры, здоровьесберегающие технологии с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности; основы применения образовательных технологий (в том числе в условиях инклюзивного образовательного процесса), необходимых для адресной работы с различными категориями обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями; основные приемы и типологию технологий индивидуализации обучения; Умеет поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; взаимодействовать с другими специалистами в рамках психолого-медикопедагогического консилиума; соотносить виды адресной помощи с индивидуальными образовательными потребностями обучающихся; Владеет навыками поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; методами (первичного) выявления детей с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью и др.); приемами оказания адресной помощи обучающимся.
Трудоемкость, з.е.	3
Формы отчетности	Экзамен
Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины	
Основная литература	1. Айзман, Р.И. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни Электронный ресурс : учебное пособие / М.А. Суботялов / В.Б. Рубанович / Р.И. Айзман. - Основы медицинских знаний и здорового образа жизни, 2020-05-22. - Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. - 214 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-379-02007-1, экземпляров неограниченно
Дополнительная литература	1. Чуприна Е.В. Здоровый образ жизни как один из аспектов безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.В. Чуприна, М.Н. Закирова. — Электрон. текстовые данные. — Самара: Самарский государственный архитектурно-

	строительный университет, ЭБС АСВ, 2013. — 216 с. — 987-5-9585-0556-2. — Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/22619.html 2. Балаян, С.Е. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни Электронный ресурс : учебно-методическое пособие / С.Е. Балаян. - Набережные Челны : Набережночелнинский государственный педагогический университет, 2014. - 80 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks., экземпляров неограничено
--	--