

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Иванченко Ирина Васильевна

Должность: и.о. директора Филиала СГПИ в г. Железноводске

Дата подписания: 27.11.2023 09:25:49

Уникальный программный ключ:

e192bec1a53c51706141a70b286f0e91498b116

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
Филиал государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»
в г. Железноводске



Т.А. Пономаренко

ПРОГРАММА ЭКЗАМЕНА ПО МОДУЛЮ "МОДУЛЬ 2.
ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Уровень основной профессиональной образовательной программы бакалавриат

Направление подготовки 44.03.02 Психолого - педагогическое образование

Направленность (профиль) «Психология и социальная педагогика»

Форма обучения заочная

Срок освоения ОПОП 4 года 6 месяцев

Год начала обучения 2021

Заведующий кафедрой

/Е.И. Пилюгина/

Декан факультета

/Э.С. Таболова/

Железноводск, 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Модуль 2. Валеологические основы профессиональной деятельности

Место модуля в ОПОП - 2-й семестр, 1-й год обучения

Цель модуля: формирование готовности к планированию траектории своих достижений, сохранению и поддержанию здоровья, поддержанию должного уровня физической подготовки, обеспечению безопасной образовательной среды.

Перечень формируемых компетенций: УК-7, УК-8

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе, при возникновении чрезвычайных ситуаций

Объем модуля в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость модуля составляет 1 зачетную единицы, 36 часов, включая промежуточную аттестацию.

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры
			1
Контактные часы	Всего:	2,5	2,5
	Лекции (Лек)		
	Практические занятия (в т.ч. семинары) (Пр)		
	Лабораторные занятия (Лаб)		
	Консультация	2	2
Промежуточная аттестация (КПА)	Экзамен	0,5	0,5
	Курсовая работа		
Самостоятельная работа студентов, в т.ч. с использованием электронного обучения (СР)		25	25
Подготовка к экзамену (контроль)		8,5	8,5
Вид промежуточной аттестации			
Общая трудоемкость (по плану)		36	36

Содержание модуля

Индекс	Наименование	ЗЕТ		Итого часов			
		Эксп.	Факт	По ЗЕТ	По плану	Контакт . часы	СР
Б1.О.02.01	Валеология	4	4	144	144	80	55
Б1.О.02.02	Анатомия и возрастная физиология	2	2	72	72	40	23
Б1.О.02.03	Основы медицинских знаний	3	3	108	108	40	59
Б1.О.02.04	Безопасность жизнедеятельности	2	2	72	72	40	23
Б1.О.02.05	Физическая культура и спорт	2	2	72	72	36	27
Б1.О.10	Элективные дисциплины по физкультуре и спорту	-	-	328	328	328	-
Б1.О.02.07 (К)	Экзамен по модулю 2. Валеологические основы профессиональной деятельности	1	1				

Модуль включает теоретико-практическую подготовку и учебную практику (ознакомительную). В ходе изучения модуля бакалавры углубляют и закрепляют теоретическую подготовку, приобретают необходимые педагогические и психолого-педагогические практические умения и закрепляют их в условиях образовательного учреждения (детский сад, школа, колледж или вуз) на основе нормативно-правовых актов в сфере образования, а также развивают профессиональное мировоззрение, профессиональную рефлексия и личностно-профессиональные качества, необходимые в психолого-педагогической деятельности, основанные на принципах профессиональной этики.

Образовательные технологии

В образовательном процессе применяются методы проблемного и проектного обучения, а также личностно-ориентированные и игровые технологии. Задания для контактной и самостоятельной работы предусматривают решение учебных кейсов, ситуационных задач, имитационных упражнений.

Примерный перечень вопросов к экзамену:

Дисциплина «Валеология»

1. Цели и задачи изучения валеологии
2. Основные представления о здоровой личности
3. Эпидемиология нервно-психической и психосоматической заболеваемости
4. Идея системности в толковании понятия здоровья
5. Критерии психического здоровья
6. Самоуправление и психическое здоровье
7. Психологическое здоровье как личностная проблема
8. Здоровье как жизненная ценность
9. Смысл жизни и здоровье
10. Здоровье в структуре ценностных ориентаций
11. Состояние здоровья как причина эмоционального дискомфорта
12. Соотношение сознательного и бессознательного в психическом здоровье личности
13. Неврозы и личностные расстройства
14. Адаптационные резервы организма.
15. Двигательная активность и здоровье.
16. Подходы и методы оценки физического здоровья.
17. Гармония личности и здоровье.
18. Психологическая устойчивость, ее составляющие и основы.
19. Индивидуально-психологические аспекты психического здоровья.
20. Современная телесноориентированная терапия
21. Аддиктивное поведение. Психологические модели аддиктивного поведения
22. Основные принципы профилактики аддиктивного поведения.
23. Факторы риска и стадии развития зависимости.
24. Психическая саморегуляция, ее виды.
25. Обучение и психическое здоровье.
27. Психологическое обеспечение профессионального здоровья. Стресс в профессиональной деятельности.
28. Феномен профессионального «выгорания» его причины и методы предупреждения.
29. Экстремальные условия деятельности и здоровье.
30. Методы оптимизации уровня напряжения:
31. Проектирование условий жизнедеятельности без проблем (удовольствие, самореализация, самосовершенствование).
32. Специфика стресса в современной жизни.
33. Профилактика стресса.
34. Социальные факторы здоровья
36. Физические упражнения как средство повышения психической (интеллектуальной активности)
37. Психологические и социальные вопросы физической культуры
38. Социальные изменения и здоровье населения
39. Здоровье и субъективное благополучие личности
40. Ресурсы преодоления жизненных трудностей
41. Понятие «психическое выгорание»
42. Личностные и профессиональные факторы «психического выгорания»
43. Старение и старость как биологическая и психологическая проблема
44. Основные признаки старости
45. Факторы долголетия
46. Здоровье матери и внутриутробное развитие ребенка
47. Психическое и психологическое здоровье младшего школьника

48. Проблема психических заболеваний у подростков
49. Эмоциональные нарушения в младшем школьном возрасте
50. Созревание организма и психологические проблемы подростка
51. Правовые, социально-экономические задачи государства по обеспечению здоровья населения.
52. Образовательно -воспитательные, культурологические, личностные задачи по обеспечению здоровья населения.
53. Социально опасные привычки человека (наркомания, алкоголизм, курение - болезни химической зависимости).
54. Понятие «стресс». Физиологические механизмы стрессовых состояний. Дистресс.
55. Проявление детской нервности. Профилактика неврозов у детей.
56. Физиологические основы организации учебно-воспитательного процесса. Работоспособность ее изменение в течение дня, недели, года.

Дисциплина «Анатомия и возрастная физиология»

1. Предмет и задачи курса «Анатомия и возрастная физиология»
2. Уровни организации организма.
3. Характеристика основных этапов развития человека.
4. Закономерности роста и развития детей и подростков. Понятие об акселерации.
5. Наследственность и развитие.
6. Влияние внешней среды на рост и развитие человека.
7. Строение и функциональное значение опорно-двигательного аппарата.
8. Строение костей мозгового и лицевого отдела черепа. Возрастные особенности черепа.
9. Виды соединений костей скелета.
10. Строение суставов и их виды.
11. Основные типы тканей.
12. Строение и функциональное значение мышц.
13. Классификация мышц тела человека.
14. Учение И.П. Павлова о высшей нервной деятельности.
15. Возрастные особенности строения, функции и гигиены кожи и ее производных.
16. анатомия и возрастная физиология системы пищеварения.
17. Виды обмена веществ в организме человека.
18. Возрастные особенности питания.
19. Анатомический состав и функциональное значение органов аппарата дыхания.
20. Возрастные особенности анатомии, физиологии и гигиены органов мочевого выделения.
21. Торможение условных рефлексов, его виды, значение.
22. Возрастная анатомия и физиология сердечно-сосудистой системы.
23. Кровь как компонент внутренней среды.
24. Значение плазмы для обмена веществ в организме.
25. Возрастные изменения количественного и качественного состава крови.
26. Индивидуально-типологические особенности ребёнка.
27. Общая характеристика и закономерности строения желез внутренней секреции у человека в различные возрастные периоды.
28. Анатомия и функциональное значение гипофиза, щитовидной железы
29. Анатомия и функциональное значение половых желез для роста и развития ребенка.
30. Анатомия и возрастная физиология спинного мозга, его оболочек, сосудов и проводящих путей.
31. Возрастные особенности строения и функций головного мозга.
32. Возрастные особенности развития нервной системы ребенка
33. Вегетативная нервная система, ее строение и функциональное значение.
34. Учение И.П. Павлова о двух сигнальных системах, их значение для психического развития человека.

35. Биологический ритм «сон-бодрствование»,
36. Утомление, переутомление, их признаки и профилактика.
37. Учение И.П. Павлова о структуре анализатора. Значение анализаторов для психического развития человека.
38. Анатомия и возрастная физиология зрительного анализатора.
39. Анатомия, физиология и гигиена слухового анализатора человека в различные возрастные периоды.
40. Анатомия, возрастная физиология кожного анализатора.

Дисциплина «Основы медицинских знаний»

1. Борьба с гиподинамией, её значение. Организация групп здоровья.
2. Стресс и депрессия у детей и подростков.
3. Факторы, влияющие на психическое здоровье школьника.
4. Влияние алкоголя и табакокурения на здоровье женщины и потомства.
5. Пивной алкоголизм подростков - новая социальная проблема.
6. Мотивации к здоровому образу жизни у детей и взрослых.
7. Наследственные синдромы у детей.
8. Алкоголь и его влияние на физическое и психическое здоровье подрастающего поколения. Профилактика пристрастия к алкоголю.
9. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам, меры профилактики наркозависимости.
10. Курение и его влияние на здоровье человека. Проблема пассивного курения.
11. Закаливание организма, его значение для укрепления здоровья человека, профилактика простудных заболеваний.
- 22
12. Влияние питания на здоровье человека. Рациональное питание. Гигиена питания.
13. Болезни, передаваемые половым путём. Причины, способствующие заражению. Меры профилактики.
14. Наиболее распространённые инфекционные заболевания, причины их возникновения. Меры профилактики инфекций.
15. Характеристика детского травматизма. Особенности травм и повреждений.
16. Системы оздоровления детей и подростков
17. Профилактика детского травматизма.
18. Влияние наследственной предрасположенности на развитие заболевания.
19. Совместная деятельность школы и семьи в формировании здорового образа жизни школьников.
20. Особенности питания различных возрастных групп населения.
21. Самолечение, лекарственная эпидемия-угроза здоровью человека.
22. Правила хранения лекарственного растительного сырья. Хранение лекарственных средств в домашних условиях.
23. Основные виды действия лекарственных препаратов.
24. Цели и задачи медико-гигиенического воспитания на уроках, при организации внеклассной работе.
25. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.
26. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.
27. Основные признаки и неотложная помощь при дыхательной недостаточности.
28. Здоровье родителей и здоровье будущего ребёнка.
29. Приступ бронхиальной астмы, бронхит с астматоидным компонентом.
30. Нетрадиционные методы оздоровления детей.
31. Ложный круп. Симптомы, особенности заболевания у детей.
32. Тепловой и солнечный удар. Первая помощь при тепловом и солнечном ударах.
33. Понятие об остром гастрите. Неотложная помощь.

34. Информационное насилие как фактор, влияющий на здоровье человека.
35. Основные признаки при заболеваниях органов мочевыделения.
36. Факторы, определяющие статус здоровья в современном обществе.
37. Детские инфекционные болезни, понятие об эпидемиях.
38. Понятие о ВИЧ-инфекции и Спиде. Меры профилактики.
39. Роль учителя в формировании, профилактике заболеваний.
40. Гигиена питания.
41. Первая помощь при переохлаждении.
42. Гигиена кожи и ротовой полости.
43. Солнечные ожоги и их предупреждение.
44. Социальные и биологические факторы, влияющие на здоровье человека в современном обществе

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности»

1. Понятие здоровье, здоровье ребенка. Группы здоровья детей.
2. Инфекционная заболеваемость ее распространенность и структура.
3. Основные критерии здоровья.
4. Способность человека приспосабливаться (адаптироваться) к резко меняющимся условиям существования в окружающей среде.
5. Идентификация опасных факторов окружающей среды, влияющих на уровень здоровья детей, подростков.
6. Факторы, влияющие на уровень здоровья детей, подростков и юношей в современном обществе.
7. Индивидуальный образ жизни и его значение.
8. Влияние состояния здоровья школьников на их работоспособность.
9. Врожденный и приобретенный иммунитет.
10. Инфекционные заболевания. Неспецифические, специфические факторы защиты организма от инфекций.
11. Профилактика распространения инфекционных заболеваний в школьных учреждениях.
12. Основные принципы здорового образа жизни.
13. Здоровое питание одно из составляющих ЗОЖ.
14. Влияние вредных привычек на здоровье человека.
15. Понятия ЧС природного характера и их классификация.
16. Правила поведения человека при ЧС природного характера (землетрясения, извержении вулкана, наводнении, смерчи)
17. Понятие ЧС техногенного характера и их классификация.
18. Правила поведения человека при ЧС техногенного характера (взрывы, аварии транспортных систем, обрушение зданий).
19. Понятие СДЯВ. Их наиболее опасные представители. Правила действия человека при авариях с выбросом СДЯВ.
20. Характеристика ЧС социального характера. Мошенничество. Кража. Хулиганство.
21. Экстремизм и терроризм. Профилактика экстремизма и терроризма в молодежной среде.
22. Безопасное поведение при угрозах криминального характера. Криминогенная обстановка в местах проживания.
23. Правила безопасного поведения в местах повышенной криминогенной обстановке (толпа, рынок, стадион, вокзал).
24. Правила безопасного поведения в общественных местах и общественном виде транспорта.
25. Сексуальная безопасность. Виды сексуальных угроз.
26. Влияние ЧС на психофизиологическое состояние человека и его работоспособность. 44

27. Сущность и содержание психологической подготовки населения к действиям в экстремальных условиях.
28. Правовые основы по обеспечению безопасности личности, общества и государства, определенные в законодательных актах РФ.
29. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).
30. Уголовная ответственность несовершеннолетних, ее виды.

Дисциплина «Физическая культура и спорт»

1. Физическая культура и спорт как социальные феномены.
2. Физическая культура – часть общечеловеческой культуры.
3. Спорт – как социальное явление.
4. Компоненты физической культуры: физическое воспитание, физическое развитие, профессионально-прикладная физическая культура, оздоровительно-реабилитационная физическая культура, фоновые виды физической культуры, средства физической культуры.
5. Физическая культура в структуре профессионального образования.
6. Физическая культура личности студента.
7. Физическая культура и спорт как средства сохранения и укрепления здоровья студентов, их физического и спортивного совершенствования.
8. Профессиональная направленность физической культуры.
9. Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении.
10. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту. 21
11. Основы организации физического воспитания в вузе.
12. Понятие о социально-биологических основах физической культуры.
13. Принцип целостности организма и его единства с окружающей средой.
14. Саморегуляция и самосовершенствование организма.
15. Внешняя среда, её природные, биологические и социальные факторы.
16. Экологические факторы и их влияние на организм.
17. 18. Характеристика физического труда.
19. Двигательный режим, сочетание труда и отдыха. Виды отдыха.
20. Взаимосвязи физической и умственно деятельности человека.
21. Понятие об утомлении при физической и умственной деятельности.
22. Процесс восстановления.
23. Представление о биологических ритмах человека.
24. Гипокинезия и гиподинамия.
25. Понятие о социально-биологических основах физической культуры.
26. Саморегуляция и самосовершенствование организма в процессе его развития.
27. Внешняя среда. Природные, биологические и социальные факторы. Экологические проблемы современности.
28. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
29. Виды диагностики, её цели и задачи.
30. Врачебный контроль как условие допуска к занятиям физической культурой и спортом, его содержание и периодичность.
31. Самоконтроль, его цели, задачи и методы исследования.
32. Субъективные и объективные показатели самоконтроля.
33. Методика оценки быстроты и гибкости.
34. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями по результатам контроля.
35. Краткая историческая справка о направленном использовании физических упражнений для подготовки к труду.
36. Положения, определяющие личную и социально-экономическую необходимость специальной психофизической подготовки к труду.
37. Влияние современной технизации труда и быта на жизнедеятельность человека.

38. Изменение места и функциональной роли человека в современном производственном процессе.
39. Влияние необходимости перемены и разделения труда на содержание психофизической подготовки будущего специалиста.
40. Обеспечение высокого уровня интенсивности и индивидуальной производительности труда будущих специалистов.
41. Обеспечение психофизической надежности будущих специалистов в избранном виде профессионального труда.
42. Определение понятия ППФП, её цели и задачи.
43. Место ППФП в системе физического воспитания.
44. Основные факторы, определяющие содержание ППФП студентов.