

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Кафедра социальной педагогики и социальной работы

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Здоровье молодого поколения как социальная ценность»

Направление подготовки: 390302 Социальная работа
Профиль: Социальная работа в системе социальных служб
квалификация (степень): бакалавр

заочная форма обучения

Красноярск 2018

Рабочая программа составлена д.м.н., профессором кафедры
социальной педагогики и социальной работы Климацкой Л.Г.

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры
социальной педагогики и социальной работы
протокол № 1 от "08" сентября 2016 г.

Заведующий кафедрой -----  Фурьева Т.В.

(ф.и.о., подпись)

Одобрено научно-методическим советом института социально-гуманитарных технологий
протокол №1 от "09" сентября 2016 г.

Председатель _____  _____ Кунстман Е.П

(ф.и.о., подпись)

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры социальной педагогики и социальной работы

протокол № 10 от "4" мая 2017 г.

Заведующий кафедрой



Т.В. Фуряева

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) института социально-гуманитарных технологий

протокол №10 от "5" мая 2017 г.

Председатель НМСС (Н)



Е.П. Кунстман

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры социальной педагогики и социальной работы

протокол № 7 от "18" мая 2018 г.

Заведующий кафедрой



Т.В. Фуряева

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) института социально-гуманитарных технологий

протокол № 7 от "21" мая 2018 г.

Председатель НМСС (Н)



Е.П. Кунстман

Содержание

Пояснительная записка.....	
1. Организационно-методические документы	
1.1 Технологическая карта обучения дисциплине.....	
1.2 Содержание основных разделов дисциплины.....	
1.3 Методические рекомендации по освоению дисциплины.....	
2. Компоненты мониторинга учебных достижений обучающихся	
2.1 Технологическая карта рейтинга дисциплины.....	
2.2 Фонд оценочных средств.....	
3. Учебные ресурсы	
3.1 Карта литературного обеспечения.....	
3.2 Карта материально-технической базы.....	

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа дисциплины «Здоровье молодого поколения как социальная ценность» разработана согласно ФГОС ВО направление подготовки 39.03.02 Социальная работа в системе социальных служб (уровень бакалавриата).

Выписка из ФГОС ВО Социальная работа

Дисциплина «Здоровье молодого поколения как социальная ценность » входит в вариативную часть профессионального цикла, дисциплина по выбору образовательной программы бакалавра по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа в системе социальных служб.

Дисциплина «Здоровье молодого поколения как социальная ценность » изучается в 1 семестре. Трудоемкость дисциплины включает в себя общий объем времени, отведенного на изучение дисциплины Б1.В.ДВ.1.1 отводится 108 часов, 33Е., в том числе 18 часов на контактную работу с преподавателем (18 час. практических занятий), 90 час. на самостоятельную работу. Дисциплина заканчивается зачетом.

Главной целью курса «Здоровье молодого поколения как социальная ценность» является формирование у студентов знаний о роли ценностных категорий в жизни человека, их структуре, социокультурных смыслах жизнедеятельности, их характере, дифференциации, путях и условиях формирования социального здоровья общества.

Задачи курса заключаются в освоении студентами знаний по молодежной проблематике, изучении социальной мотивации молодежи по формированию ценностных предпочтений, социокультурных смыслов и социального климата.

Студенты, завершившие изучение данного курса, должны знать:

- характеристику основных проблем положения молодежи в мире и российском обществе

- основные этапы механизма формирования жизненной стратегии

Решение поставленных задач открывает новые возможности и позволяет использовать их с целью определения надежных методов формирования здорового образа жизни.

Студенты, завершившие изучение данного курса, должны уметь анализировать процессы на социальном и личностном уровнях, выявлять факторы, способствующие торможению развития личности и ухудшению социального здоровья общества.

Курс «Здоровье молодого поколения как социальная ценность», занимает важное место в системе подготовки по дисциплинам «Безопасность жизнедеятельности», «Основы ЗОЖ и гигиены» «Анатомия и возрастная физиология», «Валеология».

Дисциплина формирует общекультурные компетенции, необходимые для профессиональной деятельности.

Таблица 1. Планируемые результаты обучения

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)	Код результата обучения (компетенция)
Базовые разделы		
<p>Сформировать систему знаний, умений и навыков, направленных на формирование, сохранение и восстановление здоровья Получение знаний</p>	<p>«Знать» организационно-методические аспекты профилактики наиболее часто встречающихся проблем и рисков заболеваний, связанных с социальным и нравственно-этическим здоровьем молодого поколения, физическим и психическим здоровьем; образом жизни. - технологию (мониторинг) оценки оздоровительной, экономической и социальной среды и эффективности профилактических мероприятий. Нормативные документы (Закон РФ об охране здоровья граждан, Конституция РФ)</p> <p>«Уметь» - работать с учебной и научной литературой; - создавать педагогически целесообразную и психологически безопасную образовательную среду; - использовать в процессе рекреационной деятельности разнообразные ресурсы, в том числе потенциал других учебных предметов.</p>	<p>Общекультурные компетенции</p> <p>ОК-7 способность к самоорганизации и самообразованию</p> <p>ОК 8 способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> <p>ОК-9 готовностью пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий</p>
<p>Получение умений</p> <p>Получение навыков</p>	<p>«Владеть» понятийно-категориальным аппаратом дисциплины; - способами ориентации в профессиональных источниках информации - обеспечением социальной защиты отдельным лицам, решение проблем клиента путем привлечения соответствующих специалистов, мобилизации собственных сил, физических, психических и социальных ресурсов.</p>	

Контроль результатов освоения дисциплины. В процессе изучения дисциплины предполагается использовать следующие методы текущего контроля успеваемости: посещение и подготовка к семинарам, написание рефератов и т.д.). По окончании изучения дисциплины проводится зачет.

Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонды оценочных средств» по дисциплине «Здоровье молодого поколения как социальная ценность».

**Лист согласования учебной программы с другими дисциплинами
направления и профиля
на 2016 __ / __2017 _____ учебный год**

Наименование дисциплин, изучение которых опирается на данную дисциплину	Кафедра	Предложения об изменениях в дидактических единицах, временной последовательности изучения и т.д.	Принятое решение (протокол №, дата) кафедрой, разработавшей программу
Основы ЗОЖ и гигиены	Социальной педагогики и социальной работы		Без изменений
Безопасность жизнедеятельности	Социальной педагогики и социальной работы		Без изменений
Валеология	Социальной педагогики и социальной работы		Без изменений
Анатомия и возрастная физиология	Социальной педагогики и социальной работы		Без изменений

Зав.кафедрой



Т.В. Фурьева

Председатель НМСС



Е.П. Кунстман

1. Организационно-методические документы

1.1. Технологическая карта обучения дисциплине

Здоровье молодого поколения как социальная ценность

(наименование дисциплины)

студентов ООП

Направление подготовки: 390302 Социальная работа в системе социальных служб

квалификация - бакалавр

очная форма обучения

(общая трудоемкость __3 з.е.)

Наименование модулей, разделов, тем	Всего часов	Аудиторных часов			Внеаудиторных часов	Содержание внеаудиторной работы	Формы контроля по темам
		всего	лекций	семинаров			
Модуль 1. Социальное и нравственно-этическое здоровье молодого поколения.	36	6		6	30		
Тема 1. Основные понятия дисциплины. Понятие социального здоровья (в узком и широком смысле). Виды здоровья (физическое, психологическое, социальное). Мировоззренческое здоровье. Здоровье как философская категория. Здоровье и свобода. ЗОЖ. Понятие о валеологии	12	2		2	10	Работа с интернет сайтами, знакомство с основными понятиями Анализ литературы. Составление дополнительной библиографии. Составление глоссария. Подготовка фрагмента практического занятия	Проверка письменной работы по анализу литературы, дополнительной библиографии, составленного глоссария.
Тема 2. Проблемы интеллектуального и духовного развития в современном обществе (занятость родителей, трудности межличностного общения,	12	2		2	10	Представление изучаемого теоретического материала в виде таблицы или схемы. Письменная работа	Проверка письменной работы с таблицами. Тестирование

преобладание коммуникации через социальные сети, роль культурного досуга для развития творческого интеллектуального и духовного развития молодого поколения)							
Тема 3. Компоненты социального здоровья. Условия для развития ценностно-смысловой сферы человека (Е.В. Бондаревская, И.А. Колесникова, Л.М. Лузина, И.А. Соловцова, Н.Е. Щуркова). Проблемы формирования мировоззренческого, идеологического, духовно-нравственного опыта Социальные аспекты здорового образа жизни. Компоненты здорового образа жизни	12	2		2	10	Написание реферата. Подготовка презентации к реферату Анализ конкретных ситуаций Подготовка фрагмента практического занятия по форме web-квеста (создание документа, дающего анализ какой-либо сложной проблемы и приглашающего студентов согласиться или не согласиться с мнением авторов.)	Проверка реферата и презентации к реферату
Модуль 2. Физическое здоровье молодого поколения	36	6		6	30	Работа с интернет сайтами, Индивидуальное домашнее задание: составление интеллект-карты по теме	Проверка интеллект-карт, публичное представление Тестирование
Тема 4. Основные проблемы, связанные с физическим здоровьем личности Макроуровень - социальная среда: общество, семья, образовательные учреждения. Общие тенденции изменения уровня физической активности и питания (недостаточное питание и ожирение)	12	2		2	10	Обзор литературных источников, составление библиографического списка Составление глоссария (продолжение)	Проверка письменной работы
Тема 5. Молодое поколение. Социально-педагогический мониторинг. Образ жизни и уровень физической	12	2		2	10	Выполнение реферативного доклада по теме занятия обобщение информации в микроблоки Презентация	Публичная защита доклада Тестирование

активности, сидячий стиль поведения; культура семьи и сверстников; условия обучения и социальные различия; здоровье и вредные привычки; сексуальные отношения; хулиганство и травмы; заболеваемость. Поведение, влияющее на здоровье. Формы отклоняющегося (девиантного) поведения							
Тема 6. Компоненты физического здоровья. Физическое развитие, физическая подготовленность, двигательная активность, функциональная готовность. Здоровьесберегающие технологии связанные с рациональным питанием и оптимальной двигательной активностью; соблюдением правил личной гигиены и безопасного поведения; оптимальным сочетанием умственного и физического труда; отказом от вредных привычек.	12	2		2	10	Обзор литературных источников, составление библиографического списка выбрать и систематизировать ключевые понятия, термины Составление ситуационных задач по форме web-квеста(написание интерактивной истории), их презентация	Проверка письменной работы
Модуль 3. Психическое здоровье молодого поколения	36	6		6	30		
Тема 7. Личность на психическом уровне. Личностные характеристики (эмоционально-волевые, мотивационно-потребностные, ценностные) и связь их со здоровьем и ЗОЖ	12	2		2	10	Реферирование литературы. Аннотирование книг, статей Подготовка эссе	Проверка письменной работы
Тема 8. Основные проблемы, связанные с психическим здоровьем.	12	2		2	10	Составление ситуационных задач и их	Проверка письменной работы

<p>Проблема психологической напряженности, синдром хронической усталости, стресс, депрессия как наиболее частая причина заболеваний и инвалидности, суицида, особенно среди подростков. Агрессивное и жестокое поведение.</p> <p>Насилие, бедность, унижение и ощущение ненужности как риск развития проблем психического здоровья.</p> <p>Зависимые расстройства личности (dependent personality disorder, anxiety disorder)</p>						<p>презентация</p> <p>Составление глоссария (продолжение), подготовка фрагмента практического занятия по форме web-квеста (создание базы данных по проблеме, все разделы которой готовят студенты)</p>	
<p>Тема 9. Компоненты психического здоровья.</p> <p>Способность сохранять душевное равновесие, использование резервов психики</p>	12	2		2	10	<p>Анализ литературы по теме</p> <p>Реферативные доклады по теме.</p> <p>Презентация в ppt</p> <p>Подготовка дискуссии по теме</p>	<p>Проверка письменной работы</p> <p>Представление презентации</p> <p>Тестирование</p>
Итого	108 (3 ЗЕ)	18		18	90		

Контролем по данной дисциплине является зачет

1.2. Содержание основных разделов дисциплины

Модуль 1. Социальное и духовно-нравственное здоровье молодого поколения

Основные понятия дисциплины. Понятие социального здоровья (в узком и широком смысле). Виды здоровья (физическое, психологическое, социальное). Мироззренческое здоровье. Здоровье как философская категория. Здоровье и свобода. Понятие о валеологии.

Здоровье как социальная ценность и образ жизни современной молодежи.

Здоровье на социальном уровне связано с влиянием на личность других людей, общества в целом и зависит от места и роли человека в межличностных отношениях, от нравственного здоровья социума.

Проблемы интеллектуального и духовного развития в современном обществе (занятость родителей, трудности межличностного общения, преобладание коммуникации через социальные сети, роль культурного досуга для развития творческого интеллектуального и духовного развития молодого поколения)

Компоненты социального здоровья: способность сохранять и использовать отношения с людьми; характеризует связи, ресурсы, способность к общению и его качество.

Условия для развития ценностно-смысловой сферы человека (Е.В. Бондаревская, И.А. Колесникова, Л.М. Лузина, И.А. Соловцова, Н.Е. Щуркова).

Современные молодежные ценности. Здоровье как социальная ценность. Жизненный стиль и жизненная стратегия современной молодежи. Представления молодежи о социальной норме, социальном здоровье и благополучии. Характеристика состояния здоровья современной молодежи. Современные подходы к построению индивидуальной стратегии здорового образа жизни молодежи.

Проблема социального здоровья молодежи.

Поведение и здоровье. Классификация мотивов. Характеристика условий возникновения проблемного поля современного положения молодежи: социальная и экономическая незащищенность, отсутствие социальной востребованности и продвижения, отсутствие гарантий социальной занятости и осуществления права на труд, образование, культурное развитие, отсутствие условий для общественной востребованности, самостоятельной активности молодого поколения, социальная неадаптированность в реализации социальных прав. Проблемы формирования мироззренческого, идеологического, духовно-нравственного опыта. Девальвация ценности творческого труда. Деформация национального самосознания среди молодежи. Вульгаризация языка как фактор духовного «обнищания». Девальвация нравственных ценностей. Девиантное поведение. Основы адаптации. Криминализация и наркотизация досуга. Проблема самоопределения личности.

Социальные аспекты здорового образа жизни

Компоненты здорового образа жизни. Пути достижения высокого уровня здоровья. Физическая и творческая активность как условие сохранения здоровья молодежи. Необходимость самореализации на пути укрепления социального здоровья молодого человека. Возможности и пути реализации в современном обществе. Экологическая среда и социальное здоровье. Производственная, городская, бытовая, природная среда. Взаимодействие человека со средой обитания. Культура здоровья как механизм формирования ценности здоровья. Здоровьеформирующая функция современного общества. Социальная политика в отношении лиц с ограниченными возможностями, как важнейший показатель уровня развития и прогрессивности общества в целом.

Модуль 2. Физическое здоровье молодого поколения

Основные проблемы, связанные с физическим здоровьем личности (макроуровень - социальная среда: общество, семья, образовательные учреждения).

Общие тенденции изменения уровня физической активности и питания (недостаточное питание и ожирение)

Поведение, влияющее на здоровье. Формы отклоняющегося (девиантного) поведения.

Молодое поколение. Социально-педагогический мониторинг

-образ жизни и уровень физической активности, сидячий стиль поведения

- культура семьи и сверстников,
- условия обучения и социальные различия
- здоровье и вредные привычки
- сексуальные отношения
- хулиганство и травмы
- заболеваемость.

Компоненты: физическое развитие, физическая подготовленность, двигательная активность, функциональная готовность

Здоровьесберегающие технологии связанные с рациональным питанием и оптимальной двигательной активностью; соблюдением правил личной гигиены и безопасного поведения; оптимальным сочетанием умственного и физического труда; отказом от вредных привычек.

Модуль 3. Психическое здоровье молодого поколения

Здоровье на психическом уровне связано с личностью и зависит от личностных характеристик (эмоционально-волевых, мотивационно-потребностных), от развития ценности для личности собственного здоровья и ЗОЖ

Основные проблемы, связанные с психическим здоровьем

Проблема психологической напряженности. Стресс. Депрессия является наиболее частой причиной заболеваний и инвалидностей среди подростков, а суицид как причина смерти находится на третьем месте. Агрессивное и жестокое поведение.

Насилие, бедность, унижение и ощущение ненужности как риск развития проблем психического здоровья.

Зависимости: от телевизора, интернета, табака, алкоголя и наркотиков, питания.
Зависимые расстройства личности (dependent personality disorder, anxiety disorder).

Компоненты психического здоровья: способность сохранять душевное равновесие, использование резервов психики.

Результатом освоения дисциплины «Здоровье молодого поколения как социальная ценность», согласно ОПОП 390302 Социальная работа, профиль Социальная работа в системе социальных служб и учебного плана, является формирование компетенций:

ОК 7 - способность к самоорганизации и самообразованию;

ОК 8 - способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

ОК 9 - готовность пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий

1.3. Методические рекомендации по освоению дисциплины «Здоровье молодого поколения как социальная ценность»

При изучении учебной дисциплины «Здоровье молодого поколения как социальная ценность» рекомендуется:

использовать материалы рабочей программы дисциплины (РПД), разработанной ведущим преподавателем и утвержденной кафедрой и научно-методическим советом направления. Представленные в РПД материалы (планируемые результаты обучения, содержание модулей и тем дисциплины, технологическая карта обучения дисциплине, технологическая карта рейтинга дисциплины и карта литературного обеспечения дисциплины) помогут организовать процесс качественного освоения компетенций по модулю и дисциплине в целом. (см. также **Фонд оценочных средств**).

При подготовке к аудиторным лекциям, занятиям

- Посещать все виды аудиторных занятий, а также консультации преподавателя по выполнению индивидуальной самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий.

- Содержание изучаемого теоретического материала представлять в виде таблицы или схемы, что позволит систематизировать полученные знания;

- Вести словарь по основным научным терминам и ключевым понятиям, изучаемым в рамках дисциплинарного модуля;

- Активно участвовать в обсуждении вопросов практических занятий;

- Не ограничивать подготовку к практическим занятиям выполнением только перечня обязательных форм учебных заданий.

При внеаудиторной работе

- В процессе изучения дисциплины следует учитывать рекомендации преподавателя по организации самостоятельной работе в рамках модульно-рейтинговой системы обучения. При изучении учебной дисциплины в модульно-рейтинговой системе необходимо руководствоваться «Технологической картой рейтинга дисциплины» – документом, определяющим количество баллов и формы работы в дисциплинарных модулях.

Задания по внеаудиторной работе

Анализ литературы и нормативных документов. Составление дополнительной библиографии. Для этого нужно овладеть методикой работы с научными публикациями. Для подготовки развернутых ответов по поставленным вопросам необходимо использовать дополнительную литературу, в том числе периодические научные издания. Кроме того, целесообразно использовать и электронные ресурсы сайта Google Академия и поисковики.

Рекомендуем вести словарь по основным научным терминам и ключевым понятиям, изучаемым в рамках дисциплинарного модуля

Реферативный доклад и сообщение (презентация в ppt)

Требования к выполнению реферата

Реферат - это научная работа студента, поэтому тема реферата должна заключать в себе проблему. Под реферированием понимается *анализ* опубликованной литературы по проблеме, то есть систематизированное изложение чужих обнародованных мыслей с указанием на первоисточник и в обязательном порядке с собственной оценкой изложенного материала.

Тема реферата должна быть достаточно конкретной, она выбирается из списка, рекомендованного преподавателем; также возможен вариант самостоятельного выбора студентом темы, но ему следует эту тему согласовать с преподавателем.

Реферат должен содержать обобщение различных точек зрения по определенной теме. От обычного конспектирования научной литературы реферат отличается тем, что в нем излагаются (сопоставляются, оцениваются) различные точки зрения на анализируемую проблему и при этом составитель реферата определяет свое отношение к рассматриваемым научным позициям, взглядам или определениям, принадлежащим различным авторам. Исследовательский характер реферата представляет его основную научную ценность.

Требования к выполнению доклада

Доклад – публичное сообщение, представляющее собой развернутое изложение на определенную тему. Это работа, требующая навыков работы с литературой. Студент должен выбрать тему доклада (из предложенных тем), подобрать литературу, выбрать из нее наиболее существенное, переложить своими словами и изложить в определенной последовательности. Доклад должен быть с научным обоснованием, доказуем, связан с конкретными жизненными фактами, иметь иллюстративный материал. Подбор и изучение источников по теме рекомендуется использовать не менее 8-10.

Объем доклада предполагает тщательный отбор информации, необходимой для краткого изложения вопроса. Важнейший этап – редактирование готового текста доклада и подготовка к обсуждению. Обсуждение требует хорошей ориентации в

материале темы, умения выделить главное, поставить дискуссионный вопрос, привлечь внимание слушателей к интересной литературе, логично и убедительно изложить свои мысли.

Оформление доклада включает титульный лист, оглавление и краткий список использованной литературы. Список использованной литературы размещается на последней странице рукописи или печатной форме доклада. Доклад выполняется в письменной или печатной форме на белых листах формата А4 (210 x 297 мм). Шрифт Times New Roman, кегель 14, через 1,5 интервала при соблюдении следующих размеров текста: верхнее поле – 25 мм, нижнее – 20 мм, левое – 30 мм, правое – 15 мм. Нумерация страниц производится вверху листа, по центру. Титульный лист нумерации не подлежит.

При подготовке к зачету по дисциплине необходимо повторить весь материал учебной дисциплины, изученный как в процессе аудиторных занятий, так и самостоятельной работы. При этом следует опираться на вопросы, вынесенные преподавателем к зачету. Очень важно повторить тезаурус дисциплины. Нельзя оставлять подготовку к итоговому контролю на последний день. Все это будет способствовать успешной сдаче зачета как в традиционной, так и в тестовой форме.

2. Компоненты мониторинга учебных достижений обучающихся

2.1. Технологическая карта рейтинга дисциплины

Наименование дисциплины/курса	Направление подготовки и уровень образования (бакалавриат, магистратура) Название программы/профиля	Количество зачетных единиц/кредитов
«Здоровье молодого поколения как социальная ценность», 1 семестр	39.03.02 Социальная работа в системе социальных служб (уровень бакалавриата) очно	3кредита (ЗЕТ)
Смежные дисциплины по учебному плану		
Предшествующие: Безопасность жизнедеятельности, Анатомия		
Последующие: «Основы социальной медицины». «Технологии социальной работы»		

ВХОДНОЙ РАЗДЕЛ			
(проверка «остаточных» знаний по ранее изученным смежным дисциплинам)			
	Форма работы	Количество баллов 5 %	
		min	max
Входной рейтинг-контроль	Тестирование	3	5
Итого		3	5

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ 1			
	Форма работы*	Количество баллов 20 %	
		Min	Max
Текущая работа	Обзор литературных источников, составление библиографического списка	1,8	2
	Представление изучаемого теоретического материала в виде таблицы или схемы	1,8	2

	Письменная работа	1,8	2
	Написание реферата	1,8	2
	Подготовка презентации к реферату	1,8	2
Промежуточный рейтинг-контроль	Тестирование	6	10
Итого		15	20

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ 2			
	Форма работы*	Количество баллов 25 %	
		min	Max
Текущая работа	Обзор литературных источников, составление библиографического списка	1,2	3
	Учебно-исследовательское задание	1,2	3
	Письменная работа	1,2	3
	Доклад	1,2	3
	Разработка презентации доклада	1,2	3
Промежуточный рейтинг-контроль	Тестирование	6	10
Итого		12	25

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ 3			
	Форма работы*	Количество баллов 20 %	
		min	Max
Текущая работа	Обзор литературных источников, составление библиографического списка	1,2	2
	Представление изучаемого теоретического материала в виде таблицы или схемы	1,2	2
	Письменная работа	1,2	2
	Доклад	1,2	2
	Разработка презентации доклада	1,2	2
Промежуточный рейтинг-контроль	Тестирование	6	10
Итого		12	20

ИТОГОВЫЙ РАЗДЕЛ			
Содержание	Форма работы	Количество баллов 30 %	
		min	Max
	Итоговое тестирование	18	30
Итого		18	30

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ			
Базовый раздел	Форма работы	Количество баллов	
		min	max
Раздел 1	Собеседование	2	3.3
Раздел 2	Собеседование	2	3.3
Раздел 3	Собеседование	2	3.3
Итого		6	10

Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)	min	max
	60	100

ФИО преподавателя: д.м.н., проф. кафедры социальной педагогики и социальной работы Л.Г.Климацкая

Утверждено на заседании кафедры социальной педагогики и социальной работы «08» сентября 2015 г.

Протокол № 1

Зав. кафедрой



Т.В. Фуряева

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся
по дисциплине «Здоровье молодого поколения как социальная ценность»
(наименование дисциплины)

Направление подготовки: 39.03.02 Социальная работа в системе социальных
служб (уровень бакалавриата)

1. Назначение фонда оценочных средств

1.1. Целью создания ФОС дисциплины «Здоровье молодого поколения как социальная ценность» является установление соответствия учебных достижений обучающихся запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы (ОПОП), рабочей программы дисциплины (РПД).

1.2. ФОС по дисциплине решает следующие задачи:

- контроль (с помощью набора оценочных средств) и управление (с помощью элементов обратной связи) достижением целей реализации ОПОП, определенных общекультурных ОК-7, ОК-8, ОК-9 компетенций обучающихся.
- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Университета.

1.3. ФОС разработан на основании нормативных документов:

- Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа в системе социальных служб (уровень бакалавриата);
- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа в системе социальных служб
- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования (программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки кадров научно-педагогических кадров в аспирантуре) в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе изучения дисциплины Основы медико-социальной экспертизы»

2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины «Здоровье молодого поколения как социальная ценность»

ОК-7 способность к самоорганизации и самообразованию

ОК 8

способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

ОК-9

готовностью пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий.

2.2. Этапы формирования и оценивания компетенций

Компетенция	Этап формирования компетенции	Дисциплины, практики, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/КИМы	
				Номер	Форма
ОК-7 способность к самоорганизации и самообразованию ОК-8 способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	ориентировочный	Анатомия и возрастная физиология. Основы ЗОЖ и гигиены Безопасность жизнедеятельности	текущий контроль		письменная работа, тестирование
	когнитивный	Анатомия и возрастная физиология. Основы ЗОЖ и гигиены Безопасность жизнедеятельности	текущий контроль		проверка готовности: составления библиографического списка, обзора литературных источников, таблиц, схем написание и защита реферата (с презентацией),

ОК-9 готовностью пользоваться основными методами защиты производствен ного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий.					, тестовых заданий.
	практиоло гиче ский	Анатомия и возрастная физиология. Основы ЗОЖ и гигиены Безопасност ь жизнедеят ельности	проме жу точная аттеста ция		проверка учебно- исследовательс кого задания
	рефлексив но- оценочный	Анатомия и возрастная физиология. Основы ЗОЖ и гигиены Безопасност ь жизнедеят ельности	итогов ая аттеста ция		зачет

3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине «Здоровье молодого поколения как социальная ценность»

3.1 Фонды оценочных средств включают: тест, вопросы к зачету, темы рефератов.

3.2. Оценочные средства

3.2.1 Оценочное средство - вопросы к зачету

Критерии оценивания по оценочному средству 1 - вопросы к зачету

Формируемые компетенции	Высокий уровень сформированности компетенций	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) зачтено	(73-86 баллов) зачтено	(60-72 балла) зачтено

<p>ОК-7 способность к самоорганизации и самообразованию</p> <p>ОК 8 - способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Обучающийся на высоком уровне способен к самоорганизации и самообразованию</p> <p>Обучающийся на высоком уровне способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Обучающийся на среднем уровне способен</p> <p>Обучающийся на среднем уровне способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Обучающийся на удовлетворительном уровне способен</p> <p>Обучающийся на удовлетворительном уровне способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>
<p>ОК 9 - готовность пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий</p>	<p>Обучающийся на высоком уровне готов пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий</p>	<p>Обучающийся на среднем уровне готов пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий</p>	<p>Обучающийся на удовлетворительном уровне готов пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий</p>

4. Фонд оценочных средств для текущей аттестации по дисциплине

4.1. Фонды оценочных средств включают: письменную работу, составление библиографического списка и обзор литературных источников, представление изучаемого теоретического материала в виде таблицы или схемы, написание и защиту реферата (с презентацией), выполнение учебно-исследовательского

задания с предоставлением письменного отчета (проектная деятельность), выполнение тестовых заданий.

4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 2 - письменной работе

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Ответ на вопросы полный, обучающийся опирается на теоретические знания из других наук	2
Аргументирует свою точку зрения. Приводит доказательные примеры	2
Ответ сформулирован самостоятельно, на основе анализа и обобщения практического опыта	1
Максимальный балл	5

4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству 3 - обзору литературных источников, составлению библиографического списка

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Количество источников	1
Соответствие источников исследуемой проблеме, теме, адекватность предлагаемой выборки источников	2
Глубина анализа источников	2
Максимальный балл	5

4.2.3. Критерии оценивания по оценочному средству 4 - представление изучаемого теоретического материала в виде таблицы или схемы

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Количество выделенных для сравнительного анализа изучаемых объектов (моделей, концепций, подходов и др.)	1
Адекватность и полнота определения оснований для сравнительного анализа объектов (моделей, концепций, подходов и др.)	2
Соответствие установленных взаимосвязей между объектами и	2

их признаками	
Максимальный балл	5

4.2.4. Критерии оценивания по оценочному средству 5 - написание реферата

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Обоснованность целей и задач реферата	1
Полнота и глубина представленного предметного содержания, раскрывающего проблему и тему	2
Соответствие первоисточников исследуемой проблеме и теме	1
Оформление реферата	1
Максимальный балл	5

4.2.5. Критерии оценивания по оценочному средству 6 - подготовка презентации к реферату

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Использование цвета, изображений, шрифтов	1
Включение схем, таблиц, фотографий, иллюстраций и других видео материалов, позволяющих более глубоко раскрыть предметное содержание реферата	2
Отбор предметного содержания, раскрывающего суть проблемы и темы	2
Максимальный балл	5

4.2.6. Критерии оценивания по оценочному средству 7 - учебное исследовательское задание (проект)

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Проведение в своей студенческой группе социологического исследования на заданную тему	1
Обработка и анализ исследования	2
Подготовка сообщения о результатах проведенного	2

исследования	
Максимальный балл	5

4.2.3. Критерии оценивания по оценочному средству 8 - выполнение тестовых заданий

Критерий оценивания: % ответов, совпадающих с ключом	Количество баллов	
вклад в промежуточный рейтинг (по разделам № 1, № 2, № 3)	вклад в итоговый рейтинг	
60 - 75 % правильных ответов	8	15
76- 90 % правильных ответов	9	20
91-100 % правильных ответов	10	25
Максимальный балл	10	25

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение фондов оценочных средств (литература методические указания, рекомендации, и другие материалы, использованные для разработки ФОС)

Стандарт рабочей программы дисциплины в КГПУ им.В.П.Астафьева
Утв.Ученым Советом университета 30 сентября 2015, протокол №9.

6. Оценочные средства для промежуточной аттестации

6.1. Примерные вопросы к зачету по дисциплине «Здоровье молодого поколения как социальная ценность т».

1. Понятие социального здоровья (в узком и широком смысле).
2. Компоненты здоровья (физическое, психологическое, социальное).
3. Мировоззренческое здоровье. Здоровье и свобода.
4. Здоровье как философская категория.
5. Здоровье как социальная ценность и образ жизни современной молодежи.
6. Понятия нормы и патологии; категории здоровья.
7. Характеристика эндогенных и экзогенных факторов, влияющих на здоровье человека. Роль биоритмов в жизнедеятельности человека и в сохранении его здоровья.
8. Понятие о валеологии.
9. Влияние на здоровье личности (на социальном уровне) других людей, общества в целом.
10. Нравственное здоровье социума.
11. Проблемы интеллектуального и духовного развития в современном обществе (занятость родителей, трудности межличностного общения, преобладание коммуникации через социальные сети, роль культурного

- досуга для развития творческого интеллектуального и духовного развития молодого поколения)
12. Компоненты социального здоровья: способность сохранять и использовать отношения с людьми; характеризует связи, ресурсы, способность к общению и его качество.
 13. Условия для развития ценностно-смысловой сферы человека (Е.В. Бондаревская, И.А. Колесникова, Л.М. Лузина, И.А. Соловцова, Н.Е. Щуркова).
 14. Современные молодежные ценности. Здоровье как социальная ценность.
 15. Жизненный стиль и жизненная стратегия современной молодежи. Представления молодежи о социальной норме, социальном здоровье и благополучии.
 16. Характеристика состояния здоровья современной молодежи.
 17. Современные подходы к построению индивидуальной стратегии здорового образа жизни молодежи.
 18. Проблема социального здоровья молодежи.
 19. Поведение и здоровье. Классификация мотивов.
 20. Характеристика условий возникновения проблемного поля современного положения молодежи: социальная и экономическая незащищенность, отсутствие социальной востребованности и продвижения, отсутствие гарантий социальной занятости и осуществления права на труд, образование, культурное развитие, отсутствие условий для общественной востребованности, самостоятельной активности молодого поколения.
 21. Социальная неадаптированность в реализации социальных прав.
 22. Проблемы формирования мировоззренческого, идеологического, духовно-нравственного опыта.
 23. Девальвация ценности творческого труда.
 24. Деформация национального самосознания среди молодежи.
 25. Вульгаризация языка как фактор духовного «обнищания». Девальвация нравственных ценностей.
 26. Девиантное поведение.
 27. Криминализация и наркотизация досуга. Проблема самоопределения личности.
 28. Социальные аспекты здорового образа жизни
 29. Компоненты здорового образа жизни.
 30. Пути достижения высокого уровня здоровья. Физическая и творческая активность как условие сохранения здоровья молодежи.
 31. Необходимость самореализации на пути укрепления социального здоровья молодого человека.
 32. Возможности и пути реализации в современном обществе.
 33. Экологическая среда и социальное здоровье. Производственная, городская, бытовая, природная среда. Взаимодействие человека со средой обитания.
 34. Культура здоровья как механизм формирования ценности здоровья. Здоровьеформирующая функция современного общества.

35. Социальная политика в отношении лиц с ограниченными возможностями, как важнейший показатель уровня развития и прогрессивности общества в целом.
36. Физическое здоровье молодого поколения
37. Основные проблемы, связанные с физическим здоровьем личности (макроуровень - социальная среда: общество, семья, образовательные учреждения).
38. Общие тенденции изменения уровня физической активности и питания (недостаточное питание и ожирение)
39. Поведение, влияющее на здоровье. Формы отклоняющегося (девиантного) поведения.
40. Компоненты физического здоровья: физическое развитие, физическая подготовленность, двигательная активность, функциональная готовность
41. Молодое поколение. Социально-педагогический мониторинг как технология изучения здоровья и образа жизни.
42. Здоровьесберегающие технологии связанные с рациональным питанием и оптимальной двигательной активностью; соблюдением правил личной гигиены и безопасного поведения; оптимальным сочетанием умственного и физического труда; отказом от вредных привычек.
43. Психическое здоровье молодого поколения
44. Здоровье на психическом уровне. Связь с личностью и зависимость от личностных характеристик (эмоционально-волевых, мотивационно-потребностных).
45. Развитие ценности для личности собственного здоровья и ЗОЖ
46. Основные проблемы, связанные с психическим здоровьем
47. Проблема психологической напряженности и здоровье.
48. Стрессогенная среда и здоровье.
49. Депрессия как наиболее частая причиной заболеваний и инвалидности среди подростков; суицид как причина смерти.
50. Агрессивное и жестокое поведение.
51. Насилие, бедность, унижение и ощущение ненужности как риск развития проблем психического здоровья.
52. Зависимости: от телевизора, интернета, табака, алкоголя и наркотиков, питания.
53. Зависимые расстройства личности (dependent personality disorder, anxiety disorder).
54. Компоненты психического здоровья: способность сохранять душевное равновесие, использование резервов психики.

7. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости

7.1. Типовые вопросы и задания к письменной работе (Примеры)

- 1). Докажите, что проблема исследований в дисциплине «Здоровье молодого поколения как социальная ценность» является междисциплинарной.
- 2) Выпишите из словарей определения «Здоровье молодого поколения как социальная ценность». Какие аспекты они отражают?

Выполните письменную работу по индивидуальной теме выбранной преподавателем для каждого студента из перечня.

Темы письменной работы №1

по Теме 3. Компоненты социального здоровья. Условия для развития ценностно-смысловой сферы человека (Е.В. Бондаревская, И.А. Колесникова, Л.М. Лузина, И.А. Соловцова, Н.Е. Щуркова). Проблемы формирования мировоззренческого, идеологического, духовно-нравственного опыта
Социальные аспекты здорового образа жизни. Компоненты здорового образа жизни

-Подготовка фрагмента практического занятия по форме web-квеста (создание документа, дающего анализ какой-либо сложной проблемы и приглашающего студентов согласиться или не согласиться с мнением авторов.)

Темы письменной работы №2:

По Теме 6. Компоненты физического здоровья.

Физическое развитие, физическая подготовленность, двигательная активность, функциональная готовность.

Здоровьесберегающие технологии связанные с рациональным питанием и оптимальной двигательной активностью; соблюдением правил личной гигиены и безопасного поведения; оптимальным сочетанием умственного и физического труда; отказом от вредных привычек.

-Составление ситуационных задач по форме web-квеста(написание интерактивной истории).

7.2. Обзор литературных источников по проблеме исследования (по материалам исследований зарубежных и отечественных ученых).

Составьте обзор литературных источников по различным проблемам предложенным преподавателем.

7.3. Преобразование (трансформация) изучаемого текстового материала в виде логических схем и таблиц.

Прочитайте конспекты лекций, изучите соответствующую тему по учебнику (научной статье, монографии) и представьте основное содержание в виде схемы или таблицы, интеллект-карты, например:

Предмет, цели и задачи

Связь дисциплины с другими науками

7.4. Написание реферата, оформление реферата, подготовка сообщения по теме реферата (с презентацией)

Темы рефератов

1. Здоровье – понятийный аппарат (в узком и широком смысле).
2. Здоровье как социальная ценность и образ жизни современной молодежи.
3. Понятия нормы и патологии; категории здоровья.

4. Роль биоритмов в жизнедеятельности человека и в сохранении его здоровья.
5. Валеология – наука о здоровье.
6. Влияние на здоровье личности общества в целом.
7. Нравственно-этическое здоровье социума.
8. Проблемы интеллектуального и духовного развития в современном обществе (занятость родителей, трудности межличностного общения, преобладание коммуникации через социальные сети, роль культурного досуга для развития творческого интеллектуального и духовного развития молодого поколения)
9. Компоненты социального здоровья: способность сохранять и использовать отношения с людьми; характеризует связи, ресурсы, способность к общению и его качество.
10. Современные молодежные ценности. Здоровье как социальная ценность.
11. Жизненный стиль и жизненная стратегия современной молодежи. Представления молодежи о социальной норме, социальном здоровье и благополучии.
12. Характеристика состояния здоровья современной молодежи.
13. Современные подходы к построению индивидуальной стратегии здорового образа жизни молодежи.
14. Проблема социального здоровья молодежи.
15. Поведение и здоровье. Классификация мотивов.
16. Характеристика условий возникновения проблемного поля современного положения молодежи: социальная и экономическая незащищенность, отсутствие социальной востребованности и продвижения, отсутствие гарантий социальной занятости и осуществления права на труд, образование, культурное развитие, отсутствие условий для общественной востребованности, самостоятельной активности молодого поколения.
17. Социальная неадаптированность в реализации социальных прав.
18. Деформация национального самосознания среди молодежи.
19. Вульгаризация языка как фактор духовного «обнищания». Девальвация нравственных ценностей.
20. Криминализация и наркотизация досуга.
21. Проблема самоопределения личности.
22. Компоненты здорового образа жизни.
23. Пути достижения высокого уровня здоровья. Физическая и творческая активность как условие сохранения здоровья молодежи.
24. Необходимость самореализации на пути укрепления социального здоровья молодого человека. Возможности и пути реализации
25. Экологическая среда и социальное здоровье. Взаимодействие человека со средой обитания.
26. Культура здоровья как механизм формирования ценности здоровья.
27. Здоровьеформирующая функция современного общества.
28. Физическое здоровье молодого поколения

29. Основные проблемы, связанные с физическим здоровьем личности (макроуровень - социальная среда: общество, семья, образовательные учреждения).
30. Общие тенденции изменения уровня физической активности.
31. Общие тенденции изменения питания (недостаточное питание и ожирение)
32. Поведение, влияющее на здоровье. Формы отклоняющегося (девиантного) поведения.
33. Компоненты физического здоровья: физическое развитие, физическая подготовленность, двигательная активность, функциональная готовность.
34. Социально-педагогический мониторинг как технология изучения здоровья и образа жизни (образ жизни и уровень физической активности, сидячий стиль поведения; культура семьи и сверстников; условия обучения и социальные различия; здоровье и вредные привычки; сексуальные отношения; хулиганство и травмы; заболеваемость).
35. Здоровьесберегающие технологии связанные с рациональным питанием и оптимальной двигательной активностью; соблюдением правил личной гигиены и безопасного поведения; оптимальным сочетанием умственного и физического труда; отказом от вредных привычек.
36. Психическое здоровье молодого поколения
37. Здоровье на психическом уровне. Связь с личностью и зависимость от личностных характеристик (эмоционально-волевых, мотивационно-потребностных).
38. Развитие ценности для личности собственного здоровья и ЗОЖ
39. Основные проблемы, связанные с психическим здоровьем
40. Проблема психологической напряженности и здоровье.
41. Стрессогенная среда и здоровье.
42. Депрессия как наиболее частая причиной заболеваний и инвалидности среди подростков; суицид как причина смерти.
43. Агрессивное и жестокое поведение.
44. Насилие, бедность, унижение и ощущение ненужности как риск развития проблем психического здоровья.
45. Зависимости: от телевизора, интернета, табака, алкоголя и наркотиков, питания.
46. Зависимые расстройства личности (dependent personality disorder)
47. Зависимые расстройства личности (anxiety disorder).
48. Компоненты психического здоровья: способность сохранять душевное равновесие, использование резервов психики

7.5 Учебное исследовательское задание.

1. Подготовка авторской творческой работы с последующей презентацией по схеме:

-Первая часть «Базовое содержание темы» – это подробное изложение выбранной студентом самостоятельно или вместе с преподавателем темы на

основе источника (учебник, журнал, монография, нормативный акт, справочник, этический кодекс).

-Вторая часть – творческая креативная часть: формирование тематических и прямых вопросов. Студенты самостоятельно формулируют к уже набранному тексту пять тематических вопросов. Тематический вопрос не предполагает вопросительного знака в конце предложения. Это вопрос-тема, вопрос-проблема. Сформулировав тематический (проблемный) вопрос студенты дают на основе этого же набранного текста подробный ответ. Затем студенты формулируют прямые вопросы. Это вопросы с наличием вопросительного знака или предлагающие назвать имя, дату, дать определение понятия.

-Третья часть – креативная творческая часть: тестовые вопросы.

Студенты самостоятельно задают к изученному и набранному тексту вопросы, и на каждый дают пять вариантов ответа, один из которых правильный. За основу берется материал данной темы в целом. Работа оформляется в письменном виде.

7.6. Тестовые задания

1. Что такое здоровье?

- а)отсутствие болезней и физических дефектов

- б)отсутствие вредных привычек

+ в)состояние равновесия между адаптивными возможностями организма к условиям

среды, постоянно меняющимися

- г)состояние полного физического, душевного и социального благополучия

2. Какое содержание включает понятие "здоровый образ жизни"?

+ а)активная деятельность людей, направленная на сохранение и укрепление (улучшения)

здоровья

- б)отказ от вредных привычек

- в)активизация резервных возможностей человека

- г)типичные формы повседневной жизни

3. Какова цель курса физической культуры в учебных заведениях?

+ а)научить использовать физкультурно-спортивную деятельность, для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей самоопределения в физической культуре

- б)сформировать основы здорового образа жизни на основе знаний физической культуры

- в)создать представление о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека

- г)все перечисленное верно

4. Как здоровый образ жизни населения сказывается на общество?

- а)увеличивается продолжительность жизни населения
- б)повышается устойчивость к стрессам
- в)увеличивается потенциал здоровья
- + г)все перечисленное верно

5. Какое влияние оказывают физические упражнения на дыхательную систему?

- а)укрепляют мускулатуру грудной клетки
- б)улучшают функцию бронхиол
- в)укрепляют стенки бронхов
- + г)все перечисленное верно

6. Какое влияние оказывают физические упражнения на ЦНС?

- а)улучшают периферическое кровообращение
- б)ухудшение памяти
- в)улучшение проводимости нервных импульсов
- + г)улучшение функции мозжечка

7. Факторы определяющие здоровый образ жизни:

- а)рациональное питание
- б)физическая активность
- в)психический комфорт
- + г)все перечисленное верно

8. Ограничение физической нагрузки приводит:

- а)к повышению умственной работоспособности
- + б)к снижению умственной работоспособности
- в)к снижению травматизма
- г)к повышению устойчивости к перегреванию и переохлаждению

9. Какая из характеристик физической культуры наиболее важна для людей молодого возраста?

- + а)точность дозировки
- б)интерес
- в)влияние на сердечно-сосудистую систему
- г)влияние на ЦНС

10. Что такое гиподинамия?

- а)отказ от занятия спортом
- б)занятия в группах здоровья
- + в)малоподвижная деятельность, более чем 50% времени
- г)отказ от занятий физической культурой

11. Какая из характеристик физических упражнений наиболее важна для детей?

- + а)точность дозировки

- б) влияние на ЦНС
- в) интерес
- г) влияние на рост

12. Уровни здоровья:

- а) общественное, групповое, индивидуальное;
- б) общественное, групповое, общемировое;
- в) групповое, индивидуальное, собственное;
- г) групповое, индивидуальное, собственное

13. Какие показатели определяют уровень физического здоровья?

- а) наружный осмотр
- б) антропометрические измерения (рост, вес, окружности)
- в) ЖЕЛ
- + г) все перечисленное верно

14. Что такое физическая культура?

- а) образ жизни
- б) учебно-тренировочное занятие
- + в) часть общей культуры человека
- г) наука о здоровье

15. Основные средства восстановления после занятий физическим спортом упражнениями:

- а) смена деятельности
- б) водные процедуры, баня, массаж, самомассаж
- в) режим дня, сон, рациональное питание
- + г) все перечисленное верно

16. Какими правилами руководствуются при организации самостоятельных занятий физическими упражнениями?

- + а) постоянность
- б) деятельность по ведению дневника контроля и самоконтроля занятий
- в) регулярность занятий
- г) профессиональная деятельность

17. На сколько здоровье человека зависит от образа жизни?

- + а) на 50%;
- б) на 30%;
- в) на 40%
- г) на 10%

18. Каким фактором в большей степени определяется здоровье человека?

- а) наследственностью;
- б) условиями внешней среды;
- +в) образом жизни;
- г) системой здравоохранения

19. Общественное здоровье - это

- а) здоровье группы людей;
- б) личное здоровье;
- +в) здоровье населения страны;
- г) здоровье людей определенной этнической группы

20. Какова продолжительность утренней гимнастики?

- +а) индивидуально
- б) 25 минут
- в) 10-15 минут
- г) 30 минут

21. Материальные и социальные факторы, окружающие человека - это

- а) условия жизни;
- б) качество жизни;
- в) стиль жизни;
- г) уровень жизни

22. Что является целью общеразвивающих упражнений?

- а) лечение различных заболеваний
- +б) овладение более сложными действиями
- в) разминка
- г) постановка рекорда

23. Валеология - это

- а) наука о недрах земли;
- +б) наука о здоровье человека;
- в) наука о питании;
- г) наука о режиме дня человека

24. Как называется совокупность всех достижений общества, оказывающих влияние на физическое развитие и физическое образование человека, а также сам процесс деятельности людей в этой области?

- а) двигательная активность
- б) физическая и функциональная подготовленность
- +в) физическая культура и спорт
- г) самовоспитание

25. Как называется приобретение знаний путем самостоятельных занятий, без помощи

преподавателя?

- а)двигательные умения
- б)физическое воспитание
- в)профилактика
- +г)самообразование

26. Как называется процесс комплексного развития и совершенствования, определенных психических и физических качеств, необходимых для достижения успеха в деятельности?

- а)саморегуляция
- б)физическое развитие
- в)адаптация
- +г)психофизическая подготовка

27. Какое свойство живых систем направлено на оптимальное взаимодействие между элементами организма, обеспечивающими его целостность?

- а)адаптация
- +б)саморегуляция
- в)биоритмы
- г)самосовершенствование

28. Как называется способность организма к ориентации в пространстве и времени, основанное на врожденных рефлексам?

- а)уровень
- б)тренированность
- в)гипокинезия
- +г)биоритмы

29. Как называется пониженная двигательная функция?

- а)дееспособность
- б)саморегуляция
- +в)гиподинамия
- г)здоровье

30. Способность человека выполнять какую-либо деятельность?

- а)самооценка
- б)установка
- +в)дееспособность
- г)все перечисленное верно

31. Психофизическая подготовка организма к предстоящей работе - это:

- а)установка
- б)самонаблюдение
- +в)тренированность
- г)гибкость

32. Здоровый образ жизни - это
+а) поведение и мышление человека, обеспечивающее ему укрепление здоровья;
б) систематические занятия спортом;
в) способность человека управлять своими эмоциями;
г) способность человека управлять своими двигательными действиями

33. Первичная профилактика включает:
+а) предупреждение возникновения факторов риска
б) комплекс мер по восстановлению здоровья
в) диагностика заболеваний
г) диспансеризация лиц, входящих в группу риска
д) проведение текущего санитарного надзора

34. Вторичная профилактика включает:
а) рациональный режим труда и отдыха
б) лечение возникшего заболевания
в) предупреждение осложнений
+г) диспансеризация лиц, входящих в группу риска
д) предупредительного санитарного надзора

35. Третичная профилактика – это комплекс мер по предотвращению
а) возникновения профзаболеваний
+б) осложнений возникшего заболевания
в) заболеваемости пожилого населения
г) заболеваемости детей и подростков
д) воздействия антропогенных факторов

36. Восстановление утраченных сил, функций, способностей после травм называется:
+а) реабилитация
-б) вработываемость
-в) разминка
-г) профилактика

37. Как называется организованный процесс управления физическим развитием и физическим образованием человека при помощи физических упражнений и гигиенических мероприятий?
+а) физическое воспитание
-б) саморегуляция
-в) тренированность
-г) самонаблюдение

38. Что называют изменением форм и функций организма в процессе индивидуального развития?

- а) адаптация
- +б) физическое воспитание
- в) организм человека
- г) двигательная активность

39. Подготовка организма к предстоящей работе называется:

- +а) вработываемость
- б) профилактика
- в) устойчивая работоспособность
- г) саморегуляция

40. Профилактика - это:

- а) государственная система по наблюдению и улучшению здоровья населения
- +б) система устранения факторов риска и предупреждения заболеваний
- в) федеральная программа по совершенствованию системы здравоохранения
- г) способ проведения медицинских мероприятий

41. Образ жизни включает:

- а) медицинскую активность населения;
- б) деятельность служб и органов здравоохранения;
- +в) определенный тип, вид и способ жизнедеятельности индивидуума и группы

42. Совокупность предупредительных мероприятий, направленных на сохранение и укрепление нормального состояния организма - это:

- +а) профилактика
- б) аутотренинг
- в) самовоспитание
- г) гибкость

43. Здоровый образ жизни это:

- +а) деятельность, направленная на формирование/сохранение здоровья;
- б) меры профилактики;
- в) качество и уровень жизни

44. Воспитание самого себя - это:

- а) гиподинамия
- б) тренировки
- в) самонаблюдение
- +г) самовоспитание

45. Системы органов, которые выполняют общие функции называют:

- а) саморегулирующаяся система
- + б) функциональная система
- в) гипокензия
- г) закрытая система

46. Состояние, вызванное каким-либо сильным воздействием, перенапряжением - это:

- + а) стресс
- б) адаптация
- в) гипертензия
- г) брадикардия

47. Как называется приспособление организма к воздействиям неблагоприятных факторов среды?

- + а) закаливание
- б) тренировка
- в) бег
- г) медитация

48. Условия жизни - это:

- а) состояние полного физического и душевного благополучия;
- + б) факторы, обуславливающие образ жизни;
- в) состояние социального благополучия.

49. Основной закон, регламентирующий охрану здоровья населения РФ:

- а) международные нормы и правила;
- + б) законодательство РФ об охране здоровья граждан;
- в) Декларация ООН о правах человека
- г) закон о сан-эпид благополучии граждан

50. Область медицины, изучающая влияние среды на здоровье человека:

- а) гигиена
- б) физиология
- в) анатомия
- + г) экология

51. Вид социальной деятельности людей, направленный на укрепление здоровья и развития их физических способностей - это:

- + а) физическая культура
- б) физическое воспитание
- в) физическое совершенство
- г) туризм

52. Какие восстановительные средства используются после напряженной умственной или физической деятельности?

- а) средства личной гигиены
- б) занятия физической культурой
- в) релаксация
- + г) все перечисленное верно

53. Гарантией государства охраны здоровья населения РФ является:

- а) трудовой кодекс;
- + б) конституция РФ;
- в) семейный кодекс
- г) социальный кодекс

54. Факторами закаливания называют?

- а) воздух
- б) солнце
- в) вода
- + г) все перечисленное верно

55. Утомление - это:

- а) длительная работа
- + б) снижение работоспособности
- в) саморегуляция
- г) быстрое выполнение физической нагрузки

56. Право на охрану здоровья в Российской Федерации имеют :

- + а) все, находящиеся на территории страны;
- б) граждане, утратившие здоровье;
- в) граждане Российской Федерации
- г) маргиналы

57. Установите соответствие:

Показатели здоровья

Статистические показатели

- | | |
|------------------------------------|---------------------|
| 1. Демографические | а) охват прививками |
| 2. Показатели физического развития | б) фертильность |
| 3. Показатели заболеваемости | в) обращаемость |
| | г) масса тела |
| | д) болезненность |
| | е) частота суицидов |

одной цифре соответствует только одна буква

Правильный ответ: 1б, 2г, 3д

58. Установите соответствие:

- | | |
|--|--|
| 1. Факторы, влияющие на здоровье населения | а) пол и возраст |
| 2. Показатели общественного здоровья | б) физическое развитие |
| | в) образ жизни |
| | г) смертность |
| | д) климато-географические характеристики |
| | е) наследственность |

Одной цифре соответствует не одна буква

Правильный ответ: 1а, в, д, е, 2 б, г

59. Установите соответствие:

- | Факторы | Степень влияния на здоровье населения (%) |
|------------------|---|
| 1. Образ жизни | а) 20 |
| 2. Экологические | б) 12-15 |
| | в) 50 |
| | г) 35 |

Цифре соответствует только одна буква

Правильный ответ: 1в, 2а

60. Установите соответствие:

- | | |
|--|----------------------------|
| 1. Показатели общественного здоровья | а) наследственность |
| 2. Факторы, влияющие на здоровье населения | б) экология |
| | в) рождаемость |
| | г) система здравоохранения |
| | д) младенческая смертность |
| | е) физическое развитие |

Одной цифре соответствует не одна буква

Правильный ответ: 1в, д, е. 2 а, б, г

61. Установите соответствие:

- | Показатели здоровья: | Статистические показатели: |
|------------------------|---|
| 1. Физическое развитие | а) соматометрические данные |
| 2. Заболеваемость | б) обеспеченность врачами |
| 3. Демографические | в) перинатальная смертность |
| | г) охват социально-оздоровительными мероприятиями |
| | д) патологическая пораженность |

Одной цифре соответствует только одна буква

Правильный ответ: 1а, 2д, 3в

62. Установите соответствие:

1. Показатели общественного здоровья	а) система здравоохранения
2. Факторы, влияющие на здоровье	б) болезненность в) образ жизни г) ср. продолжительность предстоящей жизни д) экология е) инвалидность

Одной цифре соответствует не одна буква

Правильный ответ: 1б,г, е, 2а,в,д

63. Установите соответствие:

Понятия образа жизни	а) национально-общественный порядок жизни, быта, культуры
1. Уровень жизни	б) психологические индивидуальные особенности поведения
2. Стиль жизни	в) структура дохода на человека
3. Уклад жизни	г) планирование семьи д) рекреационная деятельность, направленная на восстановление физических сил е) формирование поведенческих характеристик и социально-психологического статуса

Одной цифре соответствует только одна буква

Правильный ответ: 1в, 2б, 3а

64. Установите соответствие:

Параметры физического развития:	Их содержание:
1. Антропометрические	а) телосложение
2. Физиометрические	б) частота пульса
3. Соматоскопические	в) артериальное давление г) тургор кожи д) рост

е) масса тела

Одной цифре соответствует несколько букв

1. Правильный ответ: 1д,е, 2 б,в, 3а,г

65. Установите соответствие:

Значимость факторов, влияющих на здоровье населения

Факторы	%
1. Образ жизни	а) 10
2. Наследственность	б) 15
3. Окружающая среда	в) 20
4. Медицина	г) 25
	д) 30
	е) 35
	ж) 40
	з) 45
	и) 50

Одной цифре соответствует только одна буква.

Правильный ответ: 1и, 2в, 3в, 4а

66. Соответствие видов профилактики ее целям:

Виды профилактики	Цель
1. Первичная	а) устранение выраженных факторов риска, которые при определенных условиях могут привести к возникновению, обострению, рецидиву заболевания
2. Вторичная	б) влияние на характер труда
3. Третичная	в) формирование адекватного отношения населения к системе здравоохранения
	г) реабилитация больных, утративших возможность полноценной жизнедеятельности
	д) активизация общественных фондов и организаций в отношении медицины
	е) предупреждение возникновения и воздействия возможных факторов риска заболеваний

Одной цифре соответствует только одна буква.

Правильный ответ: 1е, 2а, 3г

67. Соответствие групп факторов, влияющих на здоровье, и входящих в них факторов:

- | | |
|-----------------|---|
| 1. Личностные | а) сущность общественно-политического строя, социальная политика, социальное обеспечение, развитие здравоохранения и медицины |
| 2. Семейные | б) специфика обычаев и традиций различных групп населения, характер межличностных отношений |
| 3. Групповые | в) субъективные и объективные факторы, социальная обстановка, условия труда и быта |
| 4. Общественные | г) уровень благосостояния, стереотип поведения семьи, уровень ее санитарно-гигиенической культуры |

Правильный ответ: 1д; 2г; 3б; 4а

ТЕСТЫ НА ПОДСТАНОВКУ

68. Здоровье населения зависит от:

- а) образа жизни на ____ %
- б) наследственности на ____%
- в) факторов окружающей среды на ____%
- г) медицинской помощи на ____%

Правильный ответ: а - 50%, б - 20%, в - 20%, г - 10%

69. Виды загрязнения пищевых продуктов:

- а) _____
- б) _____
- в) _____
- г) _____

Правильный ответ: а, б, в, г – физические, химические, биологические, радиационные

70. Питание зависит от:

- а) _____
- б) _____
- в) _____
- г) _____

Правильный ответ: а, б, в, г – возраста, пола, климатических условий, социальных условий

71. Примеры алиментарных заболеваний:

- а) ожирение
- б) _____
- в) _____
- г) _____

Правильный ответ: б, в, г – глистные инвазии, пищевые отравления, алиментарная дистрофия

72. Нутриенты, характеризующие состав продуктов:

- а) жиры
- б) белки
- в) витамины
- г) _____
- д) _____

Правильный ответ: г, д — углеводы, минеральные соли

73. Три составляющие формулы рационального питания

- а) _____
- б) _____
- в) _____

Правильный ответ: а, б, в — адекватность питания, сбалансированность, режим питания

74. Устный метод пропаганды ЗОЖ включает средства

- а) митинг
- б) лекция
- в) доска вопросов и ответов
- г) листовки
- д) _____

Правильный ответ: д – агитационно-информационное сообщение

ТЕСТЫ НА УСТАНОВЛЕНИЕ ПРАВИЛЬНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ

75. Последовательность возрастания значимости факторов, влияющих на здоровье:

- а) специфика обычаев и традиций различных групп населения
- б) развитие здравоохранения и медицины
- в) уровень благосостояния, стереотип поведения семьи
- г) образ жизни индивида, уровень его санитарно-гигиенической культуры

Правильный ответ: б; а; в; г

76. Последовательность расположения социальнозначимых заболеваний и поражений в соответствии с определением воз:

- а) онкологическая патология
- б) травматизм
- в) алкоголизм

г) сердечно-сосудистая патология

Правильный ответ: г; б; а; в

3. Учебные ресурсы.

1.3. Карта литературного обеспечения дисциплины

Здоровье молодого поколения как социальная ценность

(наименование дисциплины)

студентов ООП

Направление подготовки: 390302 Социальная работа в системе социальных служб

квалификация - бакалавр

по очной и заочной формам обучения

(общая трудоемкость __3__ з.е.)

Наименование	Наличие (кол-во экз.)/ место хранения	Потреб- ность (экз./чел.)	Примеча ния
Обязательная литература			
Модуль №1,2,3			
Климацкая Л.Г. Основы социальной медицины/КГПУ.-Красноярск,2015.-196 с.	Библиотека КГПУ - 25	25	
Назарова Е.Н. Основы социальной медицины: учеб.пособие для студентов учреждений высш.проф.образования/ Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов. – 3-е изд., М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 368 с.	Библиотека КГПУ - 25	25	
Дополнительная литература			
Модуль №1,2,3			
	Интернет ресурсы		
http://www.rosmintrud.ru Сайт Министерства труда и социальной защиты РФ			
http://korunb.nlr.ru/queries_catalog.php?rid=504 ВИРТУАЛЬНАЯ СПРАВОЧНАЯ СЛУЖБА - КОРПОРАЦИЯ УНИВЕРСАЛЬНЫХ НАУЧНЫХ БИБЛИОТЕК Социальная работа (задать любой вопрос и получить ответ)			

3.2 КАРТА МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ

Дисциплина Здоровье молодого поколения как социальная ценность _____

(наименование дисциплины)

Направление подготовки: 39.03.02 Социальная работа

квалификация - бакалавр

очная_форма обучения

(общая трудоемкость __3__ з.е.)

Аудитория	Оборудование (наглядные пособия, макеты, модели, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и др.)
Лекционные аудитории	
Ауд. 3-12 ул. Взлетная, 20	Компьютеры Проектор
Аудитории для семинарских занятий	
Ауд. 3-12 ул. Взлетная, 20	Компьютеры (доступ в интернет) Проектор Наглядные пособия

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в учебной программе на 2016/2017 учебный год

В учебную программу вносятся следующие изменения:

- 1.
- 2.
- 3.

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры

" ___ " _____ 201__ г., протокол № _____

Внесенные изменения утверждаю

Заведующий кафедрой _____ Фуряева Т.В.

Директор института _____ Викторук Е.А.

" ___ " _____ 201__ г.