

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМ. В.П. АСТАФЬЕВА  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Кафедры-разработчики  
*Кафедра физической культуры и здоровья*  
*Кафедра специальной психологии*  
*Кафедра коррекционной педагогики*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ**  
**МОДУЛЬ ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТИ**  
**ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Направление подготовки:  
44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование  
направленность (профиль) образовательной программы  
Специальная психология в образовательной и медицинской практике  
Квалификация (степень) выпускника  
**БАКАЛАВР**

Красноярск 2020

Рабочая программа модуля «МОДУЛЬ ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Составлена: доцентом кафедры физической культуры и здоровья Поповановой Н.А.;  
доцентом кафедры специальной психологии Потылицевой В.Ю.; доцентом кафедры  
коррекционной педагогики Жуковиным И.Ю.

Рабочая программа модуля обсуждена и одобрена на заседании кафедры-разработчика  
физической культуры и здоровья Протокол № 9 от «25» апреля 2019 г.

Заведующий кафедрой



Н.А. Попованова

Рабочая программа модуля обсуждена и одобрена на заседании кафедры-разработчика  
специальной психологии  
Протокол № 9 от «08» мая 2019 г.

Заведующий кафедрой



С.Н.Шилов

Рабочая программа модуля обсуждена на заседании кафедры-разработчика коррекционной  
педагогики  
Протокол №8 от «29» апреля 2019 г.



Заведующий кафедрой

О.Л.Беляева

Рабочая программа модуля обсуждена на заседании выпускающей кафедры специальной  
психологии  
Протокол № 9 от «08» мая 2019 г.

Заведующий кафедрой



С.Н.Шилов

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) кафедры  
специальной психологии  
Протокол № 9 от 22 мая 2019 г.

Председатель НМСС (Н)



С.Н. Шилов

Рабочая программа модуля «МОДУЛЬ ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Составлена: доцентом кафедры физической культуры и здоровья Поповановой Н.А.;  
доцентом кафедры специальной психологии Потылицевой В.Ю.; доцентом кафедры  
коррекционной педагогики Жуковиным И.Ю.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании выпускающей  
кафедры специальной психологии

протокол № 9 от 20 мая 2020 г.

Заведующий кафедрой  С.Н. Шилов

Одобрено НМСС(Н) ИСГТ

протокол № 8 от 20 мая 2020 г.

Председатель НМСС (Н)



О.Л. Беляева

## 1. Общая характеристика модуля (аннотация)

Программа модуля разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование (уровень бакалавриата), утвержденным приказом Министерством образования и науки Российской Федерации 15 марта 2018 г. № 50364 Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ; профессиональным стандартом «Педагог», утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. № 544н.

Рабочая программа модуля «Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности» включает пояснительную записку, организационно-методические материалы, компоненты мониторинга учебных достижений обучающихся и учебные ресурсы.

Данный модуль «Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности» включен в список базовых дисциплин в обязательную часть Б1.ОДП.01.03 на 1 курсе учебного плана по заочной форме обучения.

**Цель освоения модуля:** содействие становлению профессионально-профильных компетенций студентов педагогического образования на основе овладения содержанием дисциплины модуля «Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности».

### **Задачи:**

1. Сформировать систему ценностных установок и жизненных приоритетов на здоровье, здоровый образ жизни и самореализацию личности у обучающихся;

2. Сформировать современные представления о здоровье и его компонентах, о нормативных правовых, руководящих и инструктивных документах, регулирующих организацию и проведение мероприятий за пределами территории образовательной организации;

3. Совершенствование здоровьесберегающих технологий обучения и воспитания.

4. Заложить на первых этапах обучения представления о структурно-функциональном единстве организма

5. Воспитать у студентов мировоззрение и культуру безопасного поведения и деятельности в различных условиях

**Трудоемкость модуля** составляет 8 з.е.

**Типы задач профессиональной деятельности (в соответствии с ФГОС):** в процессе освоения модуля обучающиеся будут готовиться к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

1. Проектный;
2. Педагогический;
3. Методический

## **2. Планируемые результаты освоения модуля**

### 2.1. Универсальные и общепрофессиональные компетенции

Код компетенции	Формулировка компетенции	Индикаторы достижения
<b>УК-7</b>	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>Знает:</b> базовые основы физической культуры и здорового образа жизни
		<b>Умеет:</b> использовать основы физической культуры для осознанного выбора и применения здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности
		<b>Владеет:</b> должным уровнем физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности, поддерживать его и соблюдать нормы здорового образа жизни
<b>УК - 8</b>	Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	<b>Знает:</b> основные понятия безопасности жизнедеятельности
		<b>Умеет:</b> распознавать причины возникновения чрезвычайных ситуаций
		<b>Владеет</b> методами создания и

		поддержания безопасных условий жизнедеятельности
--	--	--

## 2.2. Профессиональные компетенции

Трудовое действие согласно профессиональному стандарту	Код компетенции	Формулировка компетенции	Индикаторы достижения
Трудовая функция			
Общепедагогическая функция: обучение			
Воспитательная деятельность			
Развивающая деятельность			
Коррекционная деятельность			
Педагогическая деятельность по реализации программ:			
- начального общего образования,			
- основного и среднего общего образования			
- Осуществление профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования;	<b>ПК - 4</b>	Способен организовывать коррекционно-развивающую образовательную среду, отвечающую особым образовательным потребностям обучающихся с ОВЗ, требованиям безопасности и охраны здоровья обучающихся	<b>Знает</b> содержание и требования к результатам индивидуальной и совместной проектной деятельности
- Участие в разработке и реализации программы развития образовательной организации в целях создания безопасной и комфортной образовательной среды;			<b>Умеет</b> формулировать проблемную тематику учебного проекта совместно с обучающимися
- Проектирование ситуаций и событий, развивающих эмоционально-ценностную сферу ребенка (культуру переживаний и			<b>Владеет</b> навыками планирования и осуществления руководства действиями обучающихся в индивидуальной и совместной учебнопроектной деятельности, в том числе в онлайн среде

ценностные ориентации ребенка)			
-----------------------------------	--	--	--

## Структура модуля

### МОДУЛЬ ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(общая трудоемкость модуля –8 з.е.)

Заочная форма обучения

Наименование дисциплин, практик	Семестры, в которых реализуется дисциплина , практика	Всего часов	Контакт.	Лек-ций	Лаб.	Практи-ческих	КРЗ	Сам. работы	КРЭ	Контроль
Возрастная анатомия, физиология и гигиена	1,2	108	10	4	-	6	-	98		
Безопасность жизнедеятельности	1,2	72	10	4	-	6	-	62		
Физическая культура и спорт	1	72	6	6	-	-	-	66		
Форма промежуточной аттестации по учебному плану - экзамен по модулю	2	36		-	-	-	-	27	0,33	8,67
<b>ИТОГО</b>		<b>324</b>	<b>36</b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>18</b>	<b>-</b>	<b>315</b>	<b>0,33</b>	<b>8,67</b>



### Лист внесения изменений

Период внесения изменений	Вносимые изменения	Обсуждено и одобрено на заседании кафедры-разработчика	Обсуждено и одобрено на заседании выпускающей кафедры	Утверждено на НМСС(Н)
По итогам 20__-20__ учебного года	1. 2.	протокол №__ от «__»__20__ г.	протокол №__ от «__»__20__ г.	протокол №__ от «__»__20__ г.
По итогам 20__-20__ учебного года	1. 2.	протокол №__ от «__»__20__ г.	протокол №__ от «__»__20__ г.	протокол №__ от «__»__20__ г.
По итогам 20__-20__ учебного года	1. 2.	протокол №__ от «__»__20__ г.	протокол №__ от «__»__20__ г.	протокол №__ от «__»__20__ г.

### Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в учебной программе на 2019/2020 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

Рабочая программа практики обсуждена на заседании кафедры-разработчика специальной психологии протокол № 9 от «8» мая 2019 г.

Заведующий кафедрой  С.Н. Шилов

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

Протокол №\_9\_ от "\_22\_" мая 2019 г.

Председатель НМСС (Н)  С.Н. Шилов

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочую программу дисциплины  
на 2020/2021 учебный год

В программу вносятся следующие изменения:

1. Обновлены титульные листы рабочей программы, фонда оценочных средств в связи с изменением ведомственной принадлежности – Министерству просвещения Российской Федерации.
2. Обновлена и согласована с Научной библиотекой КГПУ им. В.П. Астафьева «Карта литературного обеспечения (включая электронные ресурсы)», содержащая основную и дополнительную литературу, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.
3. Обновлена «Карта материально-технической базы дисциплины», включающая аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы обучающихся в КГПУ им. В.П. Астафьева) и комплекс лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения.

Программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры

20.05.2020, протокол № 9

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой  С.Н. Шилов

Одобрено НМСС(Н)

20.05.2020, протокол № 8

Председатель НМСС (Н)



О.Л. Беляева

#### **4. Контроль результатов освоения дисциплины**

Оценочные средства результатов освоения модуля, критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонды оценочных средств».

Итоговая форма контроля – экзамен.

#### **5. Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины**

Для реализации дисциплины используются следующие образовательные технологии: современное традиционное обучение и личностно-ориентированное обучение, педагогика сотрудничества, проблемное обучение, информационно-коммуникационные технологии. В процессе освоения дисциплины используются разнообразные виды деятельности обучающихся, организационные формы и методы обучения: практические занятия, самостоятельная, индивидуальная и групповая формы организации учебной деятельности.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования**  
**КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П.**  
**Астафьева»**  
**(КГПУ им. В.П. Астафьева)**

Институт социально-гуманитарных технологий

Кафедра-разработчик: кафедра специальной психологии

**УТВЕРЖДЕНО**

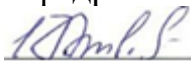
на заседании кафедры

Протокол № 9

от 20 мая 2020 г.

Заведующий кафедрой

С.Н. Шилов



**ОДОБРЕНО**

на заседании научно-методического совета  
специальности (направления подготовки)

Протокол № 8

от 20 мая 2020 г.

Председатель

О.Л. Беляева



**ФОНД**  
**ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения промежуточной аттестации обучающихся  
Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности

Направление подготовки:

44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование

направленность (профиль) образовательной программы

Специальной психологии в образовательной и медицинской практике

Квалификация (степень) выпускника

**БАКАЛАВР**

Составители: доцент кафедры физиологии специальной психологии Потылицина В.Ю.,  
доцент кафедры физической культуры и здоровья Попованова Н.А

## **1. Назначение фонда оценочных средств**

1.1. **Целью** создания ФОС модуля «Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы модуля.

1.2. ФОС по модулю решает **задачи**:

- контроль и управление процессом приобретения студентами необходимых знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций, определенных в ФГОС ВО по соответствующему направлению подготовки;

- контроль (с помощью набора оценочных средств) и управление (с помощью элементов обратной связи) достижением целей реализации ОПОП, определенных в виде набора общепрофессиональных и профессиональных компетенций выпускников;

- 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 44.03.03 Специальное(дефектологическое) образование (уровень бакалавриат);

- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование (уровень бакалавриат), направленность (профиль) образовательной программы Специальная психология в образовательной и медицинской практике;

- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре - в КГПУ им. В.П. Астафьева.

## **2. Перечень компетенций, подлежащих формированию в рамках дисциплины**

2.1. **Перечень компетенций**, формируемых в процессе изучения дисциплины:

**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

**ПК-4** Способен организовывать коррекционно-развивающую образовательную среду, отвечающую особым образовательным

потребностям обучающихся с ОВЗ, требованиям безопасности и охраны здоровья обучающихся

## 2.2. Оценочные средства

Компетенция	Дисциплины, практики, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/ КИМы	
			Номер	Форма
<b>УК-7.</b> Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Основы ЗОЖ и гигиена Анатомия и возрастная физиология Физическая культура и спорт Физическая культура и спорт (элективные дисциплины: Элективная дисциплина по общей физической подготовке / Элективная дисциплина по подвижным и спортивным играм / Элективная дисциплина по физической культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидов) Выполнение и защита выпускной квалификационной работы	промежуточная аттестация	1	экзамен по модулю
<b>УК-8.</b> Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций	Основы ЗОЖ и гигиена Анатомия и возрастная физиология Безопасность жизнедеятельности Модели воспитывающей среды в образовательных организациях, организациях отдыха детей и их оздоровления Производственная практика: вожатская практика в образовательных организациях/ в летних оздоровительных лагерях Научно-исследовательская работа Преддипломная практика Выполнение и защита выпускной квалификационной работы	промежуточная аттестация	1	экзамен по модулю

<p><b>ПК-4</b> Способен организовывать коррекционно-развивающую образовательную среду, отвечающую особым образовательным потребностям обучающихся с ОВЗ, требованиям безопасности и охраны здоровья обучающихся</p>	<p>История (история России, всеобщая история) Философия Основы права и политологии Культурология Экономика знаний Естественнонаучная картина мира Социология Иностранный язык Русский язык и культура речи Информационно-коммуникационные технологии в образовании и социальной сфере Педагогическая риторика Основы ЗОЖ и гигиена Анатомия и возрастная физиология Безопасность жизнедеятельности Физическая культура и спорт Физическая культура и спорт (элективные дисциплины: Элективная дисциплина по общей физической подготовке / Элективная дисциплина по подвижным и спортивным играм / Элективная дисциплина по физической культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидов) Психологические особенности детей с ОВЗ Современные технологии инклюзивного образования Проектирование индивидуальных образовательных маршрутов детей с ОВЗ Основы математической обработки информации Организация учебно-исследовательской работы (профильное исследование) Модели воспитывающей среды в образовательных организациях, организациях отдыха детей и их оздоровления Методика организации образовательной деятельности в ДОО Реализация основной образовательной программы ДО История образования и</p>	<p>промежуточная аттестация</p>	<p>1</p>	<p>экзамен по модулю</p>
---	--	---------------------------------	----------	--------------------------



Производственная практика: научно-исследовательская работа Производственная практика: вожатская практика в образовательных организациях/ в летних оздоровительных лагерях Производственная практика: педагогическая практика интерна Производственная практика: технологическая (проектно-технологическая) практика Производственная практика: технологическая (проектно-технологическая) практика Производственная практика: педагогическая практика Учебная практика: ознакомительная практика Научно-исследовательская работа Преддипломная практика Учебная практика Методическая практика			
--	--	--	--

### **Оценочные средства для промежуточной аттестации по модулю «Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности»**

#### **3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации**

3.1. Фонды оценочных средств включают: вопросы и задания к экзамену по модулю.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Оценочное средство вопросы и задания к экзамену по модулю

Критерии оценивания по оценочному средству 1 – вопросы к экзамену по модулю

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(346 - 400 баллов) отлично	(290 - 345 баллов) хорошо	(240 - 289 баллов)* удовлетворительно
<b>УК-7.</b> Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Обучающийся на высоком уровне способен использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья	Обучающийся на среднем уровне способен использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья	Обучающийся на удовлетворительном уровне способен использовать методы физического воспитания и самовоспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья

<p><b>УК-8.</b> Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности и, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций</p>	<p>Обучающийся на высоком уровне применяет принципы, методы и требования, предъявляемые к созданию безопасных условий жизнедеятельности; умеет организовывать и координировать работу участников при возникновении чрезвычайных ситуаций</p>	<p>Обучающийся на среднем уровне знает принципы, методы и требования, предъявляемые к созданию безопасных условий жизнедеятельности; умеет организовывать и координировать работу участников при возникновении чрезвычайных ситуаций</p>	<p>Обучающийся на удовлетворительном уровне использует принципы, методы и требования, предъявляемые к созданию безопасных условий жизнедеятельности; умеет организовывать и координировать работу участников при возникновении чрезвычайных ситуаций</p>
<p><b>ПК-4</b> Способен организовывать коррекционно-развивающую образовательную среду, отвечающую особым образовательным потребностям обучающихся с ОВЗ, требованиям безопасности и охраны здоровья обучающихся</p>	<p>Обучающийся на высоком уровне способен организовать совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области и способен к психолого-педагогической деятельности по реализации программ дошкольного образования</p>	<p>Обучающийся на среднем уровне способен организовать совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области и способен к психолого-педагогической деятельности по реализации программ дошкольного образования</p>	<p>Обучающийся на удовлетворительном уровне способен организовать совместную учебно-проектную деятельность обучающихся в соответствующей предметной области и способен к психолого-педагогической деятельности по реализации программ дошкольного образования</p>

\*Менее 240 баллов – компетенции не сформированы

## **Типовые вопросы к экзамену по модулю «Модуль здоровья и безопасность жизнедеятельности»**

### **Типовые вопросы к экзамену по дисциплине «Возрастная анатомия, физиология и гигиена»**

1. Понятие здоровья. Здоровье как комплексная категория. Факторы, влияющие на здоровье человека.
2. Возрастная периодизация. Сенситивные (критические) и спокойные периоды, их особенности.
3. Факторы риска для здоровья и основные принципы охраны здоровья.
4. Здоровый образ жизни как основа формирования жизнеспособного поколения и пути его развития.
5. Ненормативные привычки. Современные подходы к их профилактике.
6. Наркомания и токсикомания. Современные подходы к профилактике злоупотребления наркотическими средствами.
7. ВИЧ-инфекция и пути ее предупреждения.

8. Влияние вредных привычек на репродуктивное здоровье.
9. Гигиеническое воспитание как комплексная проблема.
10. Календарный и биологический возраст, их соотношение. Методика определения биологического возраста.
11. Понятие роста и развития. Основные закономерности роста и развития (непрерывность и неравномерность, гетерохронность, биологическая надежность).
12. Акселерация и ретардация роста и развития детей, учет при обучении, воспитании и оздоровлении.
13. Физическое развитие детей и подростков, его показатели. Методы определения.
14. Конституциональные особенности физического и функционального развития детей и подростков. Конституциональные соматотипы, методики их определения.
15. Осанка, закономерности ее формирования в онтогенезе. Факторы, влияющие на формирование осанки. Нарушения осанки, причины их возникновения и профилактика.
16. Особенности строения и функционирования висцеральных систем.

### **Типовые вопросы к экзамену по дисциплине**

#### **«Безопасность жизнедеятельности»**

1. Что такое чрезвычайная ситуация? По каким признакам классифицируются все чрезвычайной ситуации?
2. ЧС природного характера.
3. ЧС техногенного характера.
4. ЧС социального характера.
5. Раскройте основные требования пожарной безопасности к общеобразовательным учреждениям. Опишите порядок проведения эвакуации детей при пожаре.
6. Опишите стадии пожара в помещении. Расскажите о общепринятой классификации пожаров по типу горючего вещества.
7. Какую помощь необходимо оказать человеку при отравлении угарным газом? Какие ФПК предназначены для защиты от угарного газа?
8. Лесные пожары.
9. Средства индивидуальной защиты.
10. Средства коллективной защиты.
11. Влияние вредных веществ, содержащихся в табачном дыме, на живой организм.
12. Какие огнетушители вы знаете (по типу огнетушащего вещества). Охарактеризуйте их.
13. Перечислите правила поведения в экстремальных природных условиях (если вы заблудились в лесу). Какие растения и грибы можно употреблять в пищу?

14. Кровотечения, их причины и классификация. Помощь при кровотечении. Первая доврачебная помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.

15. Утопление. Виды утоплений. Характер оказания первой медицинской помощи при утоплении.

16. Ожоги, классификация, причины. Оказание первой доврачебной помощи при ожогах.

17. Наиболее часто встречающиеся острые отравления. Их признаки. Первая медицинская помощь.

18. Наиболее распространенные инфекционные болезни и их профилактика. Роль предупредительных прививок в борьбе с эпидемиями.

### **Типовые вопросы к экзамену**

#### **по дисциплине «Физическая культура и спорт»**

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
2. Основы здорового образа жизни студента.
3. Физическая культура и обеспечение здоровья.
4. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
5. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания.
6. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
7. Участие студентов в Олимпийском движении.
8. Самоконтроль, его цель, задача и методы исследования.
9. Учебные и внеучебные формы физического воспитания студентов.
10. Воздействие физической тренировки на обмен веществ, кровь и кровеносную систему.
11. Формирование и развитие двигательных качеств обучающихся.
12. Средства физического воспитания.
13. Методические принципы и методы физического воспитания.
14. Формы организации занятий физического воспитания.
15. Профилактика вредных привычек.