

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина»

УТВЕРЖДАЮ
Директор по образовательной
деятельности

_____ С.Т. Князев
«__» _____

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

Код модуля	Модуль
1157891	Профилактика и формирование здорового стиля жизни

Екатеринбург

Перечень сведений о рабочей программе модуля	Учетные данные
Образовательная программа 1. Физическая реабилитация	Код ОП 1. 49.04.02/33.01
Направление подготовки 1. Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)	Код направления и уровня подготовки 1. 49.04.02

Программа модуля составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Ярцева Надежда Васильевна	кандидат педагогических наук, доцент	Доцент	сервиса и оздоровительных технологий

Согласовано:

Управление образовательных программ

Р.Х. Токарева

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОДУЛЯ Профилактика и формирование здорового стиля жизни

1.1. Аннотация содержания модуля

Модуль повышает общетеоретический кругозор магистров, их педагогическое мастерство, подготавливает к использованию полученных знаний в системе оздоровительных и коррекционных мероприятий. Дисциплина «Оздоровительные технологии» включает в себя обширный комплекс знаний, являющихся теоретическим фундаментом профессионального образования специалистов в области адаптивной физической культуры. В программе изложены основные принципы и виды оздоровительных технологий, включающие разные виды двигательной активности для всех категорий населения. В дисциплине «Основы профилактики травматизма» изложены основные принципы профилактики различных видов травматизма, а также тактика проведения сердечно-легочной реанимации и оказания первой доврачебной помощи при травмах, кровотечениях и других неотложных состояниях.

1.2. Структура и объем модуля

Таблица 1

№ п/п	Перечень дисциплин модуля в последовательности их освоения	Объем дисциплин модуля и всего модуля в зачетных единицах
1	Оздоровительные технологии	3
2	Основы профилактики травматизма	3
ИТОГО по модулю:		6

1.3. Последовательность освоения модуля в образовательной программе

Пререквизиты модуля	<ol style="list-style-type: none">1. Адаптивные процессы при физической реабилитации2. Медико-биологическое сопровождение адаптивной физической культуры
Постреквизиты и кореквизиты модуля	<ol style="list-style-type: none">1. Восстановление работоспособности человека

1.4. Распределение компетенций по дисциплинам модуля, планируемые результаты обучения (индикаторы) по модулю

Таблица 2

Перечень дисциплин модуля	Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения (индикаторы)
---------------------------	--------------------------------	--

1	2	3
Оздоровительные технологии	ОПК-2 - Способен к подготовке аналитической информации и разработке экспертных заключений и рекомендаций для решения профессиональных задач	<p>З-1 - Определять принципы и методы подготовки аналитической информации для решения профессиональных задач</p> <p>З-2 - Дифференцирует подходы к разработке экспертных заключений и рекомендаций для решения профессиональных задач</p> <p>У-1 - Оценивать аналитическую информацию, интерпретировать и структурировать данные для составления экспертных заключений и рекомендаций</p> <p>У-2 - Верифицировать результаты экспертной оценки для достижения объективности при решении профессиональных задач</p> <p>П-1 - Разрабатывать экспертные заключения и рекомендации для решения профессиональных задач</p> <p>Д-1 - Демонстрировать аналитическое мышление, стремление к объективности оценки результатов профессиональной деятельности</p>
	ПК-2 - Способность обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации	<p>З-3 - Описывает традиционные и инновационные средства и методы комплексной подготовки спортсменов-инвалидов на разных этапах годичного цикла, индивидуализацию подготовки спортсменов-инвалидов разных игровых позиций</p> <p>У-3 - Организует и координирует работу тренеров, специалистов спортивной сборной команды в тренировочном процессе</p> <p>П-3 - Координирует работу и осуществляет управление работой тренерского состава спортивной сборной команды с учетом индивидуальной специализации каждого тренера</p>
Основы профилактики травматизма	ПК-2 - Способность обобщать и внедрять в практическую работу российский и зарубежный опыт по восстановлению нарушенных или	З-1 - Описывает передовой опыт спортивной подготовки в сфере адаптивного спорта и технологии его трансформации в систему подготовки спортивной сборной команды по виду адаптивного спорта (спортивной дисциплине, группе спортивных дисциплин)

	<p>временно утраченных функций организма человека, в том числе путем включения средств и методов адаптивной физической культуры в индивидуальную программу реабилитации</p>	<p>У-1 - Планирует содержание тренировочного процесса спортивной сборной команды и разрабатывает алгоритм предупреждения снижения его эффективности</p> <p>П-1 - Анализирует отчеты тренерского состава и специалистов сборной команды об осуществлении тренировочного процесса спортсменов-инвалидов спортивной сборной команды, выявление проблем и определение алгоритмов их решения</p>
	<p>ПК-3 - Способность использовать традиционные и разрабатывать новые технологии развития оставшихся после болезни или травмы функции организма человека</p>	<p>З-2 - Излагает основную сущность биомеханики спорта</p> <p>У-2 - Анализирует случаи травматизма во время тренировок, разрабатывает планы обеспечения безопасности спортсменов-инвалидов спортивной сборной команды в процессе тренировок</p> <p>П-2 - Осуществляет работу с обращениями тренеров и спортсменов-инвалидов спортивной сборной команды, консультирует тренеров и спортсменов-инвалидов по вопросам организации тренировочного процесса в спортивной сборной команде</p>

1.5. Форма обучения

Обучение по дисциплинам модуля может осуществляться в очной и заочной формах.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Оздоровительные технологии

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Ярцева Надежда Васильевна	кандидат педагогических наук, доцент	Доцент	сервиса и оздоровительных технологий

Рекомендовано учебно-методическим советом института Физической культуры, спорта и молодежной политики

Протокол № 8 от 08.10.2021 г.

1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

Авторы:

- Ярцева Надежда Васильевна, Доцент, сервиса и оздоровительных технологий

1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
 - Базовый уровень

**Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания;*

Продвинутый II уровень – углубляет и обогащает базовый уровень как по содержанию, так и по глубине проработки материала дисциплины. Это происходит за счет включения дополнительной информации. Данный уровень требует умения решать проблемы в рамках курса и смежных курсов посредством самостоятельной постановки цели и выбора программы действий. Освоение данного уровня результатов обучения позволит обучающемуся повысить уровень самостоятельности и ответственности до творческого применения знаний и умений.

1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
P1	Понятие о функциональных и естественных факторах оздоровления	Понятия «технология», «функциональные и естественные факторы оздоровления». Человек как целостная система. Принципы функционирования системы «Человек». Основные естественные и функциональные факторы оздоровления. Общие представления о механизмах оздоравливающего воздействия физических упражнений на организм человека.
P2	Общая характеристика оздоровительной тренировки	P2 Общая характеристика оздоровительной тренировки Методология оздоровительной тренировки. Содержание и требования к организации и проведению физкультурно-оздоровительной тренировки. Дозирование физической нагрузки в оздоровительной тренировке. Общие и частные вопросы современных оздоровительных тренировок. Общие принципы сочетания и последовательности применения физиотерапевтических средств, массажа и физических упражнений. Особенности подхода к выбору средств и методов на оздоровительной тренировке.

		Асимметрические корригирующие, общеразвивающие упражнения.
Р3	Разновидности традиционных двигательных систем оздоровления	<p>Ритмическая гимнастика. Оздоровительная аэробика.</p> <p>Воздействие ритмической гимнастики на организм занимающихся. Наиболее эффективной формой занятия ритмической гимнастикой. Особенности выполнения движений в ритмической гимнастике.</p> <p>История развития аэробики. Направления и характеристики аэробной тренировки. Одна из форм массовой физической культуры с регулируемой нагрузкой. Аэробика низкой интенсивности (Low impact) . Аэробика высокой интенсивности (High impact) . Аэробика смешанной интенсивности (Low/High impact). Построением урока в оздоровительной аэробике:</p> <ul style="list-style-type: none"> - программы с использованием предметов и специального оборудования: степ, слайд, фитбол, обручи, утяжелители, резиновые амортизаторы (Step-up, Slide, Fitbol и др.) - программа без предметов, танцевальные направления (базовая, классическая), Funk, street dense, City(street)-jam, Salsa, программа для беременных и пр.) - программы с использованием элементов других видов спорта (аeroboxing, каратебика, йога-аэробика, бокс-аэробика, гидроаэробика и др.).
Р4	Разновидности нетрадиционных двигательных систем оздоровления	<p>Танцевальная аэробика. Виды аэробики танцевального направления:</p> <ul style="list-style-type: none"> • афро-джаз-аэробика включает элементы африканских танцев; • джаз-аэробика строится на основе джазового танца; • фанк-аэробика (кардиофанк) строится на основе современных танцев в стиле «фанк»; • сити-джем-аэробика строится на основе негритянского стиля «сити-джем»; • хип-хоп-аэробика включает элементы современного танца в стиле «хип-хоп»; • брейк-аэробика строится на основе брейкданса; • латин-аэробика (салса-аэробика) строится на основе латиноамериканских танцев; • русская аэробика строится на основе движений русских народных танцев. <p>Направление «восток-запад». Йога-аэробика, пилатес, оздоровительной аэробикой с элементами боевых искусств (Тай-бо, Ки-бо, Каратэбика), аквааэробика (гидроаэробика). Оздоровительные эффекты аэробики.</p>

		<p>Классификация оздоровительной аэробики для занимающихся разного возраста и уровня подготовленности: для дошкольников, школьников, подростков; для взрослых: молодежного, среднего и старшего возрастов; по полу: для женщин (для беременных), для мужчин; по уровню подготовленности: для начинающих, 2-го, 3-го года обучения и т. д.</p>
P5	<p>Разновидности традиционных двигательных оздоровительных технологий</p>	<p>Оздоровительная растягивающая гимнастика (стретчинг).</p> <p>Динамические – это медленные пружинящие движения, завершающиеся удержанием статических положений в конечной точке амплитуды движений.</p> <p>Баллистические – это маховые движения руками и ногами, сгибания и разгибания туловища, обычно выполняемые с большой амплитудой и значительной скоростью. Здесь удлинение определенной группы мышц оказывается сравнительно кратковременным, оно длится столько, сколько мах или сгибание. Скорость растягивания мышц обычно пропорциональна скорости махов и сгибаний.</p> <p>Статические – это когда с помощью очень медленных движений (сгибаний или разгибаний туловища и конечностей) принимается определенная поза и спортсмен удерживает ее в течение 5–30 и даже 60 с, при этом он может напрягать растянутые мышечные группы (периодически или постоянно). Срочные эффекты растягивания. Отставленные эффекты растягивания. Методика занятий стретчингом.</p> <p>Силовая гимнастика (бодибилдинг). Правила и закономерности силовой тренировки. Методы силовой тренировки. Система «Шейпинг». Компьютерные технологии применяются с целью диагностики. Использование видеопрограмм. Общая диагностическая карта шейпинга. Методика занятий шейпингом.</p> <p>Система физических упражнений в фитнесе. Принцип гармонии . принцип разумного чередования. сбалансированное питание. Условно выделяют три вида фитнеса 1 – общий фитнес; 2 – физический фитнес; 3 – спортивноориентированный.</p>
P6	<p>Особенности воздействия изотонических и изометрических упражнений. Характеристика методик изотонических упражнений</p>	<p>Изотонические упражнения. Факторы оздоравливающего эффекта изотонической тренировки. Характеристика методик изотонических упражнений. Комбинация видов физической тренировки. Организация рационального питания. Внетренировочные компоненты изотона. Методы контроля физического развития и функционального состояния.</p>

<p>P7</p>	<p>Характеристика восточных систем оздоровительных технологий</p>	<p>Отличительные особенности восточных оздоровительных систем.</p> <p>Системы оздоровительной гимнастики в Китае.</p> <p>Йога – оздоровительная система Индии.</p> <p>Отличительными особенностями восточных оздоровительных систем. Системы оздоровительной гимнастики в Китае. Система нэйян-гун. Система цян-цюан-гун . Система баоцзянь-гун. Ушу. Йога – оздоровительная система Индии .</p>
<p>P8</p>	<p>Характеристика авторских комплексных систем оздоровления</p>	<p>Система естественного оздоровления П. Брэгга</p> <p>Натуральная гигиена (натуропатия). Основные постулаты натуропатии. Система здоровья Кацудзо Ниши. 5 видов связей организма. Компоненты здоровья по теории Ниши. Программа аэробного оздоровления организма К. Купера. Содержание и структура занятий аэробными упражнениями Купера. Программа «1000 движений» академика Н. М. Амосова. Рекомендации по проведению упражнений Н. Амосова. Методика закали-тренировки П. И. Иванова «Детка». Система естественного оздоровления Г. С. Шаталовой. Методика психофизической культуры В.Н. Плетнева.</p>
<p>P9</p>	<p>Оздоровительные методики дыхательных упражнений</p>	<p>Дыхательная гимнастика в системе хатха-йоги.</p> <p>Парадоксальная дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой.</p> <p>Методика волевой ликвидации глубокого дыхания К. П. Бутейко.</p> <p>Система трехфазного дыхания О. Г. Лобановой.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Безаппаратные методы: восточная гимнастика тай-цзи; • восточная гимнастика пранаяма; • система трехфазного дыхания Л. Кофлера; • система трехфазного дыхания О. Лобановой – Е. Лукьяновой; • метод волевой ликвидации глубокого дыхания К. П. Бутейко; • парадоксальная гимнастика А. Н. Стрельниковой; • метод задержки дыхания Ю. Буланова; • метод произвольного уменьшения минутного объема дыхания Н. А. Агаджаняна; • гипервентиляционная дыхательная техника; • метод «рыдающего дыхания» Ю. Г. Вилунас; • метод эндогенного дыхания В. Ф. Фролова; • метод совмещения физических и дыхательных упражнений «Бодифлекс».

		<p>Аппаратные методы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • метод дополнительного дыхательного пространства (дыхание через трубку) А. Галузина; • использование при дыхании респиратора; • использование при дыхании противозага; • использование при дыхании акваланга; • гипоксические тренировки с помощью гипоксикаторов; • метод интервальных гипоксических тренировок С. Г. Кривошекова; • использование дыхательного вибратора; • использование комплексов биологической обратной связи; • индивидуальный дыхательный тренажер В. Ф. Фролова; • использование осцилляторного электротренажера; • использование электростимулятора диафрагмы; • аэрофитотерапия.
--	--	---

1.3. Направление, виды воспитательной деятельности и используемые технологии

Таблица 1.2

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения
			-	-

1.4. Программа дисциплины реализуется на государственном языке Российской Федерации .

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Оздоровительные технологии

Электронные ресурсы (издания)

1. Парсаева, И. В.; Пилатес для самостоятельных занятий студентов : учебно-методическое пособие.; ПГТУ, Йошкар-Ола; 2015; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=439326> (Электронное издание)
2. Василютова, Т. В.; Проектирование фитнес-технологий в физическом воспитании студенток вуза, проживающих в условиях северных регионов : монография.; СибГТУ, Красноярск; 2011; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428893> (Электронное издание)

Печатные издания

1. Миронова, С. П.; Нетрадиционные оздоровительные методики и технологии : учеб. пособие для слушателей ин-тов и фак. повышения квалификации, преподавателей, аспирантов и др. проф.-пед. работников.; [Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та], Екатеринбург; 2009 (1 экз.)

2. Менхин, Ю. В., Менхин, А. В.; Оздоровительная гимнастика: теория и методика : учеб. для вузов физ. культуры.; Феникс, Ростов-на-Дону, 2002 (11 экз.)
3. Менхин, Ю. В.; Физическое воспитание: теория, методика, практика : учеб. пособие для вузов.; СпортАкадемПресс, Москва; 2003 (2 экз.)
4. Менхин, Ю. В.; Оздоровительная гимнастика: теория и методика : [учебник для вузов физ. культуры].; Феникс, Ростов-на-Дону, 2002 (1 экз.)
5. Милукова, И. В., Евдокимова, Т. А.; Лечебная физкультура : новейший справочник.; Сова, Санкт-Петербург; 2004 (1 экз.)

Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

Международная поисковая база в сфере медицины и смежных специальностей:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>

Информационный интернет-ресурс: <http://www.sportmedicine.ru/>

Информационный портал Общероссийской общественной организации «Российская ассоциация по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов» <https://sportmed.ru/>

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>

Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/ТРПК>

Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://lib.sportedu.ru/FKVOT>

Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Университетская библиотека онлайн http://biblioclub.ru/index.php?page=bbk_n

IPR books <https://www.iprbookshop.ru/myprivateoffice.html>

3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Оздоровительные технологии

Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

№ п/п	Виды занятий	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Лекции	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Периферийное устройство</p> <p>Подключение к сети Интернет</p> <p>Google Chrome</p>	<p>Cisco IP Base to Ent. Services license for 16 Port Catalyst 4500-X (L-C4500X-16P-IP-ES)</p> <p>Microsoft Windows 8.1 Pro 64-bit RUS OLP NL Acdmc</p>
2	Практические занятия	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Периферийное устройство</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p> <p>Подключение к сети Интернет</p> <p>Google Chrome</p>	<p>Microsoft Windows 8.1 Pro 64-bit RUS OLP NL Acdmc</p>
3	Консультации	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Периферийное устройство</p> <p>Подключение к сети Интернет</p> <p>Google Chrome</p>	<p>Microsoft Windows 8.1 Pro 64-bit RUS OLP NL Acdmc</p>
4	Текущий контроль и промежуточная аттестация	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в</p>	<p>Microsoft Windows 8.1 Pro 64-bit RUS OLP NL Acdmc</p>

		<p>соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Периферийное устройство</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p> <p>Подключение к сети Интернет</p> <p>Google Chrome</p>	
5	Самостоятельная работа студентов	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Периферийное устройство</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p> <p>Подключение к сети Интернет</p> <p>Google Chrome</p>	<p>Microsoft Windows 8.1 Pro 64-bit</p> <p>RUS OLP NL Acdmc</p>

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Основы профилактики травматизма

Рабочая программа дисциплины составлена авторами:

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Ученая степень, ученое звание	Должность	Подразделение
1	Буркова Анастасия Михайловна	к.п.н, доцент	заместитель директора по образованию , доцент	Сервиса и оздоровительных технологий
2	Серова Нина Борисовна	к.п.н., доцент	заведующий кафедрой	Сервиса и оздоровительных технологий

Рекомендовано учебно-методическим советом института Физической культуры, спорта и молодежной политики

Протокол № 8 от 08.10.2021 г.

1. СОДЕРЖАНИЕ И ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

Авторы:

- Буркова Анастасия Михайловна, заместитель директора по образованию, доцент, Сервиса и оздоровительных технологий
- Серова Нина Борисовна, заведующий кафедрой, Сервиса и оздоровительных технологий

1.1. Технологии реализации, используемые при изучении дисциплины модуля

- Традиционная (репродуктивная) технология
- Разноуровневое (дифференцированное) обучение
 - Базовый уровень

**Базовый I уровень – сохраняет логику самой науки и позволяет получить упрощенное, но верное и полное представление о предмете дисциплины, требует знание системы понятий, умение решать проблемные ситуации. Освоение данного уровня результатов обучения должно обеспечить формирование запланированных компетенций и позволит обучающемуся на минимальном уровне самостоятельности и ответственности выполнять задания;*

Продвинутый II уровень – углубляет и обогащает базовый уровень как по содержанию, так и по глубине проработки материала дисциплины. Это происходит за счет включения дополнительной информации. Данный уровень требует умения решать проблемы в рамках курса и смежных курсов посредством самостоятельной постановки цели и выбора программы действий. Освоение данного уровня результатов обучения позволит обучающемуся повысить уровень самостоятельности и ответственности до творческого применения знаний и умений.

1.2. Содержание дисциплины

Таблица 1.1

Код раздела, темы	Раздел, тема дисциплины*	Содержание
Р1	Основы профилактики травматизма	Понятие травма и травматизм. Классификация травматизма. Производственный травматизм: промышленный, сельскохозяйственный. Непроизводственный травматизм: бытовой, уличный, спортивный. Умышленный травматизм. Военный травматизм. Детский травматизм: родовой, бытовой, уличный, школьный, спортивный. Классификация причин травматизма. Основные методы профилактики травматизма.
Р2	Производственный травматизм	Основные причины производственного травматизма. Анализ причин производственного травматизма. Статистический метод анализа причин производственного травматизма. Общие принципы профилактики производственного травматизма. Основные технические меры профилактики производственного травматизма. Требования к организации рабочего места. Средства коллективной защиты.
Р3	Опасные производственные объекты и обеспечение промышленной безопасности	Нормативные документы и общие мероприятия по обеспечению промышленной безопасности. Правовое регулирование в области промышленной безопасности осуществляется Федеральным законом от 21 июля 1997 г. № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов».

P4	Профилактика детского травматизма	Теоретические основы детского травматизма. Понятие и классификация детского травматизма. Классификация детского травматизма по типовым ситуациям. Мероприятия, направленные на снижение детского травматизма. Необходимые условия безопасности при занятиях физическими упражнениями.
P5	Первая доврачебная помощь при травмах	Травмы мягких тканей: определение, классификация, признаки, тактика оказания помощи. Вывихи: определение, признаки, тактика оказания помощи. Переломы: определение, виды, признаки, тактика оказания помощи. Черепно-мозговая травма: определение, виды, признаки, тактика оказания помощи.
P6	Первая доврачебная помощь при кровотечениях	Определение понятий кровь, кровотечение, кровопотеря. Классификация, признаки кровотечения. Ранения крупных кровеносных сосудов: определение, признаки, точки пальцевого прижатия, правила наложения кровоостанавливающего жгута, тактика оказания помощи.
P7	Первая доврачебная помощь при ожогах, отморожениях, электротравме, утоплении, отравлениях	Ожоги: определение, классификация, признаки, тактика оказания помощи. Отморожения, общее переохлаждение: определение, классификация, признаки, тактика оказания помощи. Электротравма: определение, признаки, тактика оказания помощи. Утопление: определение, классификация, признаки, тактика оказания помощи. Отравления алкоголем, наркотическими веществами, лекарственными препаратами, угарным газом, грибами: определение, признаки, тактика оказания помощи.
P8	Сердечно-легочная реанимация	Определение понятия сердечно-легочная реанимация. Европейский протокол базовой сердечно-легочной реанимации. Протокол использования автоматического наружного дефибриллятора. Возрастные особенности проведения сердечно-легочной реанимации.
P9	Первая доврачебная помощь при потере сознания	Определение понятия бессознательное состояние. Способы оценки сознания. Протокол оказания первой доврачебной помощи человеку без сознания. Наиболее частые причины потери сознания: синкопе, коллапс, гипо- и гипергликемия, черепно-мозговая травма, отравление. Особенности тактики при данных состояниях.

1.3. Направление, виды воспитательной деятельности и используемые технологии

Таблица 1.2

Направление воспитательной деятельности	Вид воспитательной деятельности	Технология воспитательной деятельности	Компетенция	Результаты обучения
			-	-

1.4. Программа дисциплины реализуется на государственном языке Российской Федерации .

2. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы профилактики травматизма

Электронные ресурсы (издания)

1. Кузовлев, С. П.; Первая медицинская помощь : учебное пособие.; Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, Елец; 2009; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272197> (Электронное издание)
2. , Захаренко, О. В.; Неотложная медицинская помощь. Симптомы, первая помощь на дому; Издательство «Рипол-Классик», Москва; 2010; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57148> (Электронное издание)
3. Куртев, С. Г.; Первая помощь при спортивных травмах с основами антисептики и десмургии : учебное пособие.; Издательство СибГАФК, Омск; 2003; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274673> (Электронное издание)
4. Белов, В. Г.; Первая медицинская помощь : учебное пособие.; Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, Санкт-Петербург; 2014; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277324> (Электронное издание)
5. Хватова, Н. В.; Неотложные состояния при заболеваниях внутренних органов. Симптомы. Первая помощь. Профилактика инфекционных заболеваний : учебное пособие.; Московский педагогический государственный университет, Москва; 2012; <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363831> (Электронное издание)

Печатные издания

1. Бубнов, В. Г.; Доврачебная помощь при чрезвычайных ситуациях : памятка спасателя.; НЦ ЭНАС, Москва; 2004 (10 экз.)
2. Соковня-Семенова, И. И.; Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь : Учеб. пособие для студентов сред. пед. учеб. заведений.; Академия, Москва; 2000 (1 экз.)
3. ; Первая медицинская помощь : Попул.энцикл..; Большая рос. энцикл., Москва; 1994 (1 экз.)
4. , Петров, С. В., Бубнов, В. Г.; Первая помощь в экстремальных ситуациях : Практ. пособие.; Изд-во НЦ ЭНАС, Москва; 2000 (1 экз.)

Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту (РГУФК) <http://lib.sportedu.ru>

Теория и практика физической культуры <http://lib.sportedu.ru/ТРПК>

Физическая культура: воспитание, образование, тренировка <http://lib.sportedu.ru/ФКВОТ>

Информационный интернет-портал «Спортивная медицина» www.sportmedicine.ru

Информационный портал Общероссийской общественной организации «Российская ассоциация по спортивной медицине и реабилитации больных и инвалидов» <https://sportmed.ru/>

Материалы для лиц с ОВЗ

Весь контент ЭБС представлен в виде файлов специального формата для воспроизведения синтезатором речи, а также в тестовом виде, пригодном для прочтения с использованием экранной лупы и настройкой контрастности.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Университетская библиотека онлайн http://biblioclub.ru/index.php?page=bbk_n

IPR books <https://www.iprbookshop.ru/myprivateoffice.html>

3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы профилактики травматизма

Сведения об оснащённости дисциплины специализированным и лабораторным оборудованием и программным обеспечением

Таблица 3.1

№ п/п	Виды занятий	Оснащённость специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
1	Лекции	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Периферийное устройство Подключение к сети Интернет Google Chrome	Microsoft Windows 8.1 Pro 64-bit RUS OLP NL Acdmc
2	Практические занятия	Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов Рабочее место преподавателя Доска аудиторная Периферийное устройство Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами Подключение к сети Интернет Google Chrome	Microsoft Windows 8.1 Pro 64-bit RUS OLP NL Acdmc

3	Консультации	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Периферийное устройство</p> <p>Подключение к сети Интернет</p> <p>Google Chrome</p>	<p>Microsoft Windows 8.1 Pro 64-bit</p> <p>RUS OLP NL Acdmc</p>
4	Текущий контроль и промежуточная аттестация	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Периферийное устройство</p> <p>Подключение к сети Интернет</p> <p>Google Chrome</p>	<p>Microsoft Windows 8.1 Pro 64-bit</p> <p>RUS OLP NL Acdmc</p>
5	Самостоятельная работа студентов	<p>Мебель аудиторная с количеством рабочих мест в соответствии с количеством студентов</p> <p>Рабочее место преподавателя</p> <p>Доска аудиторная</p> <p>Периферийное устройство</p> <p>Оборудование, соответствующее требованиям организации учебного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами</p> <p>Подключение к сети Интернет</p> <p>Google Chrome</p>	<p>Microsoft Windows 8.1 Pro 64-bit</p> <p>RUS OLP NL Acdmc</p>