КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТИ

1. Цель освоения дисциплины

Цель – формирование у студентов профессиональных компетенций по сохранению и укреплению здоровья, профилактике его нарушений; воспитанию у подрастающего поколения культуры здоровья и безопасности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Культура здоровья и безопасности» относится к базовой части блока дисциплин.
Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Организация внеурочной деятельности учителя основ безопасности жизнедеятельности», «Социология физической культуры», прохождения практик «Производственная (педагогическая по основам безопасности жизнедеятельности) практика», «Производственная (педагогическая по физической культуре) практика», «Учебная (предметно-содержательная) практика».

3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:
– способен разрабатывать и реализовывать культурно-просветительские программы в соответствии с потребностями различных социальных групп (ПК-4).

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

знать
– сущность феномена культуры здоровья и безопасности, их роль в жизнедеятельности человека; основы и принципы оздоровительных технологий, здорового и безопасного образа жизни; современные методы и средства формирования культуры здоровья в процессе учебной и внеучебной деятельности;

уметь
– определять общие, конкретные цели и задачи в сфере укрепления здоровья; использовать приобретенный опыт оздоровительной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей; осуществлять воспитательную работу в учебной и внеучебной деятельности по формированию культуры здоровья и безопасности;

владеть
– способами оздоровления на основе научного представления о здоровом и безопасном образе жизни; основными методами, направленными на формирование культуры здоровья и безопасности в процессе учебной и внеучебной деятельности.

4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение

количество зачётных единиц – 2,
общая трудоёмкость дисциплины в часах – 72 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 28 ч., СРС – 40 ч.),
распределение по семестрам – 1,
форма и место отчётности – аттестация с оценкой (1 семестр).

5. Краткое содержание дисциплины

Формирование культуры безопасности жизнедеятельности и здорового образа жизни. Основные понятия о здоровье.Понятия «образ жизни», «здоровый образ жизни», «категории образа жизни», «безопасный образ жизни», «личная безопасность», «безопасность населения».Основные компоненты здорового образа жизни. Мотивации здорового образа жизни. Влияние курения на здоровье. Алкогольные отравления.Причины формирования вредных привычек, основные принципы и некоторые методы и средства профилактических мероприятий.

6. Разработчик

Светличная Екатерина Евгеньевна, старший преподаватель кафедры теории и методики обучения физической культуре и безопасности жизнедеятельности.