

МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»  
Факультет психолого-педагогического и социального образования  
Кафедра эколого-биологического образования и медико-педагогических  
дисциплин

«УТВЕРЖДАЮ»

Проректор по учебной работе

\_\_\_\_\_ Ю. А. Жадаев

« 30 » \_\_\_\_\_ мая 2022 г.

## **Практикум по гигиене**

**Программа учебной дисциплины**

Направление 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»

Профиль «Педагог-психолог»

*заочная форма обучения*

Волгоград  
2022

Обсуждена на заседании кафедры эколого-биологического образования и медико-педагогических дисциплин

« 12 » 05 2022 г., протокол № 7

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ « 12 » 05 2022 г.  
(подпись) Алешина Л.И. (зав. кафедрой) (дата)

Рассмотрена и одобрена на заседании учёного совета факультета психолого-педагогического и социального образования « 16 » 05 2022 г., протокол № 6

Председатель учёного совета Зотова Н.Г. \_\_\_\_\_ « 16 » 05 2022 г.  
(подпись) (дата)

Утверждена на заседании учёного совета ФГБОУ ВО «ВГСПУ»  
« 30 » 05 2022 г. , протокол № 13

#### Отметки о внесении изменений в программу:

Лист изменений № \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_  
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_  
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_  
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

#### Разработчики:

Щербакова Татьяна Геннадьевна, кандидат медицинских наук, доцент кафедры эколого-биологического образования и медико-педагогических дисциплин ФГБОУ ВО «ВГСПУ».

Программа дисциплины «Практикум по гигиене» соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование» (утверждён приказом Министерства образования и науки РФ от 22 февраля 2018 г. №122) и базовому учебному плану по направлению подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование» (профиль «Педагог-психолог»), утверждённому Учёным советом ФГБОУ ВО «ВГСПУ» (от 31 мая 2019 г., протокол № 10).

## **1. Цель освоения дисциплины**

Приобретение теоретических знаний и практических навыков проведения гигиенических мероприятий в детских коллективах с целью охраны и укрепления здоровья обучающихся.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина «Практикум по гигиене» относится к базовой части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору.

Для освоения дисциплины «Практикум по гигиене» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Основы социальных и государственных гарантий образования детей», «Современное детство и система образования», «Философия», «Экономика».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Количественные и качественные методы в психолого-педагогических исследованиях (с практикумом)», «Математика и математическая статистика», прохождения практики «Преддипломная практика».

## **3. Планируемые результаты обучения**

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

– способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений (УК-2).

### **В результате изучения дисциплины обучающийся должен:**

#### ***знать***

– гигиенические требования к питанию детей;  
– гигиенические требования к режиму дня детей различных возрастных групп;  
– санитарно-эпидемиологические требования к окружающей среде в дошкольной образовательной организации и общеобразовательном учреждении;

#### ***уметь***

– выполнять расчет энергетического баланса организма и составлять пищевой рацион;  
– составлять режим дня детям различного возраста;  
– создавать оптимальные условия пребывания детей в образовательных учреждениях;

#### ***владеть***

– навыками организации рационального питания детей с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений;  
– навыками организации рационального режима дня для детей различного возраста с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений;  
– навыками оптимальной организации окружающей среды в дошкольной образовательной организации и общеобразовательном учреждении с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.

#### 4. Объём дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы                | Всего часов      | Семестры |
|-----------------------------------|------------------|----------|
|                                   |                  | 2з       |
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b> | 6                | 6        |
| В том числе:                      |                  |          |
| Лекции (Л)                        | –                | –        |
| Практические занятия (ПЗ)         | –                | –        |
| Лабораторные работы (ЛР)          | 6                | 6        |
| <b>Самостоятельная работа</b>     | 26               | 26       |
| <b>Контроль</b>                   | 4                | 4        |
| Вид промежуточной аттестации      |                  | ЗЧ       |
| Общая трудоемкость                | часы             | 36       |
|                                   | зачётные единицы | 1        |

#### 5. Содержание дисциплины

##### 5.1. Содержание разделов дисциплины

| № п/п | Наименование раздела дисциплины                         | Содержание раздела дисциплины  |
|-------|---|--|
| 1     | Особенности рационального питания детей                 | Понятие рационального питания. Суточная потребность детей в энергии. Соотношение белков, углеводов и жиров. Обеспечение детей минеральными веществами и витаминами. Питьевой режим ребенка. Составление меню пищевого рациона, оценка и коррекция. Основные требования к режиму и рациону питания. Пищевые добавки. Гипоаллергенная диета: показания. Питание в организованных детских коллективах.  |
| 2     | Рациональный режим дня детей различных возрастных групп | Понятие о режиме дня. Основные принципы построения режима дня. Характеристика компонентов режима дня. Учет состояния здоровья и индивидуальных особенностей детей при организации режима. Гигиенические требования к режиму организации воспитательного и образовательного процесса.   |
| 3     | Гигиена окружающей среды                                | Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. Гигиенические требования к размещению, территории, зданию, оборудованию помещений, воздушно-тепловому режиму, естественному и искусственному освещению помещений, режиму образовательного процесса, санитарному состоянию и содержанию образовательных учреждений. Взаимодействие медицинского и педагогического персонала в охране и укреплении здоровья детей. |

##### 5.2. Количество часов и виды учебных занятий по разделам дисциплины

| № п/п | Наименование раздела дисциплины                         | Лекц. | Практ. зан. | Лаб. зан. | СРС | Всего |
|-------|---|-------|-------------|-----------|-----|-------|
| 1     | Особенности рационального питания детей                 | –     | –           | 1         | 5   | 6     |
| 2     | Рациональный режим дня детей различных возрастных групп | –     | –           | 2         | 12  | 14    |
| 3     | Гигиена окружающей среды                                | –     | –           | 3         | 9   | 12    |

## **6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы**

### **6.1. Основная литература**

1. Обреимова Н. И. Основы анатомии, физиологии и гигиены детей и подростков [Текст] : учеб. пособие для студентов пед. вузов / Н. И. Обреимова, А. С. Петрухин. - 2-е изд. испр. и доп. - М. : Изд. центр "Академия", 2007. - 383, [1] с. : ил., табл. - (Высшее профессиональное образование. Педагогические специальности). - Библиогр.: с. 379-380. - ISBN 978-5-7695-1738-9; 208 экз. : 404-69..

2. Голубев В. В. Основы педиатрии и гигиены детей дошкольного возраста [Текст] : учеб. пособие для студентов дошк. отд-ний и фак. сред. пед. учеб. заведений / В. В. Голубев, С. В. Голубев. - М. : Академия, 1998. - 319, [1] с. - (Педагогическое образование). - Прил.: с. 309-317. - Библиогр.: с. 318. - ISBN 5-7695-0024-7; 20 экз. : 64-00.; , 2000. - 319, [1] с. - (Педагогическое образование). - Прил.: с. 304-317. - Библиогр.: с. 318. - ISBN 5-7695-0024-7; 15 экз. : 58-74..

3. Гигиена детей и подростков [Электронный ресурс] : учебное пособие для практических занятий / А. Г. Сетко [и др.] ; А. Г. Сетко. - Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2010. - 540 с. - ISBN 978-5-91924-013-6.

### **6.2. Дополнительная литература**

1. Методическое руководство к лабораторным занятиям по возрастной анатомии, физиологии и гигиене человека [Текст] : [для студентов пед. вузов] / Л. И. Алешина [и др.] ; Волгогр. гос. пед. ун-т, Каф. морфологии, физиологии человека и медико-пед. дисциплин. - Волгоград : Перемена, 2005. - 140 с. - 40-00..

2. Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена [Электронный ресурс] : Учебное пособие / Н. Ф. Лысова [и др.] ; Н. Ф. Лысова [и др.]. - Возрастная анатомия, физиология и школьная гигиена ; 2020-05-22. - Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. - 398 с. - Лицензия до 22.05.2020. - ISBN 978-5-379-02027-9.

## **7. Ресурсы Интернета**

Перечень ресурсов Интернета, необходимых для освоения дисциплины:

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. URL: <http://elibrary.ru>.
2. Свободная интернет-энциклопедия «Википедия». URL: <http://ru.wikipedia.org>.

## **8. Информационные технологии и программное обеспечение**

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости):

1. Комплект офисного программного обеспечения.

## **9. Материально-техническая база**

Для проведения учебных занятий по дисциплине «Практикум по гигиене» необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Учебные аудитории для проведения лабораторных занятий, оснащенные учебной мебелью и методическим, наглядным и раздаточным материалом для организации групповой и индивидуальной работы обучающихся.

2. Рабочее место преподавателя, оборудованное компьютером с возможностью использования офисных приложений, распечатки документов, доступа к Интернету и локальной сети для подготовки к занятиям и проверки результатов выполнения самостоятельной работы студентов.

3. Компьютерный класс для самостоятельной работы студентов, оборудованный необходимым количеством персональных компьютеров, подключённых к единой локальной сети с возможностью централизованного хранения данных и выхода в Интернет, использования офисных приложений.

## **10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Дисциплина «Практикум по гигиене» относится к базовой части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору. Программой дисциплины предусмотрено проведение лабораторных работ. Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Лабораторная работа представляет собой особый вид индивидуальных практических занятий обучающихся, в ходе которых используются теоретические знания на практике, применяются специальные технические средства, различные инструменты и оборудование. Такие работы призваны углубить профессиональные знания обучающихся, сформировать умения и навыки практической работы в соответствующей отрасли наук. В процессе лабораторной работы обучающийся изучает практическую реализацию тех или иных процессов, сопоставляет полученные результаты с положениями теории, осуществляет интерпретацию результатов работы, оценивает возможность применения полученных знаний на практике.

При подготовке к лабораторным работам следует внимательно ознакомиться с теоретическим материалом по изучаемым темам. Необходимым условием допуска к лабораторным работам, предполагающим использованием специального оборудования и материалов, является освоение правил безопасного поведения при проведении соответствующих работ. В ходе самой работы необходимо строго придерживаться плана работы, предложенного преподавателем, фиксировать промежуточные результаты работы для отчета по лабораторной работе.

Контроль за качеством обучения и ходом освоения дисциплины осуществляется на основе рейтинговой системы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов. Рейтинговая система предполагает 100-балльную оценку успеваемости студента по учебной дисциплине в течение семестра, 60 из которых отводится на текущий контроль, а 40 – на промежуточную аттестацию по дисциплине. Критериальная база рейтинговой оценки, типовые контрольные задания, а также методические материалы по их применению описаны в фонде оценочных средств по дисциплине, являющемся приложением к данной программе.

## **11. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы**

Самостоятельная работа обучающихся является неотъемлемой частью процесса обучения в вузе. Правильная организация самостоятельной работы позволяет обучающимся развивать умения и навыки в усвоении и систематизации приобретаемых знаний, обеспечивает высокий уровень успеваемости в период обучения, способствует

формированию навыков совершенствования профессионального мастерства.

Самостоятельная работа обучающихся во внеаудиторное время включает в себя подготовку к аудиторным занятиям, а также изучение отдельных тем, расширяющих и углубляющих представления обучающихся по разделам изучаемой дисциплины. Такая работа может предполагать проработку теоретического материала, работу с научной литературой, выполнение практических заданий, подготовку ко всем видам контрольных испытаний, выполнение творческих работ.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине представлено в рабочей программе и включает в себя:

- рекомендуемую основную и дополнительную литературу;
- информационно-справочные и образовательные ресурсы Интернета;
- оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.

Конкретные рекомендации по планированию и проведению самостоятельной работы по дисциплине «Практикум по гигиене» представлены в методических указаниях для обучающихся, а также в методических материалах фондов оценочных средств.

## **12. Фонд оценочных средств**

Фонд оценочных средств, включающий перечень компетенций с указанием этапов их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания и методические материалы является приложением к программе учебной дисциплины.