


Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич  
Должность: врио ректора  
Дата подписания: 07.10.2022 12:07:33  
Уникальный программный ключ:  
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



Утверждаю:  
Руководитель ООП:  
 С.В.Комин  
«31» мая 2022 г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)  
**БИОМЕДИЦИНСКИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ  
ТЕХНОЛОГИИ**

49.03.01 Физическая культура

---

Профиль подготовки  
\_физкультурное образование

Для студентов 5 курса заочной формы обучения

Составитель: *к.б.н., доц. Папин М.А.*

Тверь, 2022

## **I. Аннотация**

### **2. Цель и задачи дисциплины (или модуля) биомедицинские и здоровьесберегающие технологии**

Цель данного курса является систематизация имеющихся знаний у студентов и их представление в свете современных понятий здоровья, здорового образа жизни, технологий здоровьесбережения для формирования умений и навыков реализации в решении задач “здоровья” человека.

Задачи курса:

- сформировать современное представление о “здоровье” человека и здоровьесберегающих технологиях,
- изучение методов и средств определения параметров состояний человека и общего уровня здоровья,
- изучение содержания здоровьесберегающих технологий,
- изучение особенностей здоровьесберегающих технологий в Вузе.

### **2. Место дисциплины (или модуля) в структуре ООП**

Дисциплина изучается в 3-ом семестре. Относится к курсам по выбору студента. На изучение дисциплины отводится 2 зачетных единиц, заканчивается зачетом. Входит в комплекс наук о человеке, полученные знания используются в курсах физиология человека, биохимия, рациональное питание спортсмена. Основным критерием «входного» контроля являются результаты освоения дисциплины естественные основы ФКиС, анатомии человека

### **3. Объем дисциплины (или модуля):**

Для ЗФО

**контактная аудиторная работа:** лекции – 2 часа практические занятия \_\_4\_\_ часа,

**контактная внеаудиторная работа:** контроль самостоятельной работы \_\_\_\_\_, в том числе курсовая работа \_\_\_\_\_;

**самостоятельная работа:** \_\_62\_\_ часов, в том числе контроль \_4\_\_.

### **4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (или модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

<b>Планируемые результаты освоения образовательной программы</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине (или модулю)</b>
--	---

<b>(формируемые компетенции)</b>	
<b>(ПК-5)</b> способностью применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• теоретические основы в определении понятия “здоровья”,</li> <li>• методы и средства определения параметров состояний здоровья,</li> <li>• содержание здоровьесберегающих технологий.</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• определять уровни состояния здоровья человека, решать задачи физкультурно-оздоровительной деятельности среди населения при условии здоровьесбережения</li> </ul>
<b>ПК-6</b> способностью осуществлять пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни (ПК-6);	<p>Знать: понятие здоровый образ жизни, его критерии. методы обучения навыкам здорового образа жизни. Основные зровьесберегающие технологии, биомедицинские технологи</p> <p>Способы пропаганды ЗОЖ среди детей и подростков</p> <p>Уметь: применять методы обучения и пропаганды ЗОЖ</p>

**5. Форма промежуточной аттестации \_\_\_зачет\_\_\_ в 9 семестре \_\_\_\_\_**

**6. Язык преподавания русский.**

**II. Содержание дисциплины (или модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**1. Для студентов заочной формы обучения**

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)		Самостоятельная работа (час.)
		Лекции	Практические (лабораторные) занятия	
<b>ИТОГО</b>	72	2	4	68

**III. Образовательные технологии**

Учебная программа – наименование разделов и	Вид занятия	Образовательные технологии

тем		
1. Введение. Цель и задачи курса	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание
2. Общее представление и основные понятия здоровья. Современное понятие здоровья	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание
3. Методы и средства контроля состояний человека.	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание
4. Понятие биомедицины, биомедицинские технологии, их роль в современном обществе	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание
5. Содержание здоровьесберегающих технологий в ДОУ и общеобразовательной школе..	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание
6. организация и функционирование кабинетов здоровья в школе. Школьные неврозы, их профилактика. Характеристика и причины школьной дезадаптации	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание
7. Обмен веществ и рациональное питание, питание при различных режимах двигательной активности	Лекция Практическое занятие	Традиционная лекция Игровые технологии Дискуссии Активное слушание

#### **IV. Оценочные материалы для проведения текущей и промежуточной аттестации**

**1. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции 1 (ПК-5) способностью применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей**

<b>Этап формирования компетенции, в котором участвует</b>	<b>Типовые контрольные задания для оценки знаний, умений, навыков (2-3 примера)</b>	<b>Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания</b>
---	---	---

<b>дисциплина</b>		
<b>знать</b>	Перечислите не менее 5 биомедицинских технологий.	1 балл за каждый правильный ответ
<b>владеть</b>	Напишите эссе на тему: биомедицинские технологии их влияние на естественный отбор человека	<ul style="list-style-type: none"> <li>• раскрыта проблемы на теоретическом уровне, с корректным использованием исторических понятий в контексте ответа – 2 балла;</li> <li>• представлена аргументированная собственная точка зрения (позиции, отношения) – 2 балла;</li> <li>• представлена собственная точка зрения, но не аргументирована – 1 балл;</li> <li>• внутреннее смысловое единство, соответствие теме – 2 балла;</li> <li>• соблюдены правила орфографической, пунктуационной, стилистической культуры – 1 балл;</li> </ul> <p>соблюдены требования к объёму реферата – 1 балл</p>
<b>уметь</b>	Назовите причины развития школьной дезадаптации и предложите методы коррекции данного состояния при помощи физической культуры	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Тема раскрыта с опорой на соответствующие понятия и теоретические положения – 2 балла</li> <li>• Аргументация на теоретическом уровне неполная, смысл ряда ключевых понятий не объяснен – 1 балл</li> <li>• Терминологический аппарат непосредственно не связан с раскрываемой темой – 0 баллов</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Факты и примеры в полном объеме обосновывают выводы – 2 балла</i></li> <li>• <i>Допущена фактическая ошибка, не приведшая к существенному искажению смысла – 1 балл</i></li> <li>• <i>Допущены фактические и логические ошибки, свидетельствующие о непонимании темы – 0 баллов</i></li> <li>• <i>Ответ характеризуется композиционной цельностью, соблюдена логическая последовательность, поддерживается равномерный темп на протяжении всего ответа – 2 балла</i></li> <li>• <i>Ответ характеризуется композиционной цельностью, есть нарушения последовательности, большое количество неоправданных пауз – 1 балл</i></li> <li>• <i>Не прослеживается логика, мысль не развивается – 0 баллов</i></li> <li>• <i>Речевых и лексико-грамматических ошибок нет</i></li> </ul>
--	--	--

## **2. Типовые контрольные задания для проверки уровня**

**сформированности компетенции 2 ПК-6** способностью осуществлять пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни .

<b>Этап формирования компетенции, в котором участвует дисциплина</b>	<b>Типовые контрольные задания для оценки знаний, умений, навыков (2-3 примера)</b>	<b>Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания</b>
--	---	---

<p><b>владеть уметь</b></p>	<p>1. Подготовьте презентацию не тему работа кабинета здоровья в СОШ. 2. В школе формируется «кабинет здоровья», сформулируйте предложения по обеспечению оздоровительной работы с учащимися, учителями, родителями.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Лаконичность названия презентации и отдельных слайдов</i></li> <li>• <i>Соответствие заголовка содержанию</i></li> <li>• <i>Приоритет визуальных средств (фото, графики, схемы, диаграммы)</i></li> <li>• <i>Номинативные предложения</i></li> <li>• <i>Кегль не менее 24</i></li> <li>• <i>Фон, не мешающий восприятию текста</i></li> </ul> <p><i>Использование не более 3-х дизайнерских средств</i></p> <p>Студенты сами оценивают по 5 шкале предложенные тезисы по след.критериям: 1.важность 2. Качество формулировки 3. возможность реализации</p>
<p><b>знать</b></p>	<p>Назовите не менее трех биомедицинский технологий.</p>	<p>Отлично - Названы правильно три и более б\м технологий. Хорошо – названы три технологии, допущены незначительные ошибки. Удовл – названы две технологии Неуд.- допущены грубые ошибки, нет ответа.</p>

## V. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### Основная литература:

1. Чертов, Н.В. Физическая культура: учебное пособие / Н.В. Чертов; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет», Педагогический институт, Факультет физической культуры и спорта. - Ростов-н/Д : Издательство Южного федерального университета, 2012. - 118 с. - библиогр. с: С. 112. - ISBN 978-5-9275-0896-9; То же [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241131>

2. Гараева Е.А. Здоровьесберегающие технологии в профессионально-педагогическом образовании [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.А. Гараева. — Электрон. текстовые данные. — Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2013. — 175 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/30107.html>
3. Губарева Н.В. Естественнонаучные основы физической культуры (Биология) [Электронный ресурс] : курс лекций / Н.В. Губарева, Т.А. Линдт, Л.Г. Баймакова. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2016. — 108 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74264.html>

#### **Дополнительная литература:**

1. Белова Л.В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования [Электронный ресурс] : учебное пособие / Л.В. Белова. — Электрон. текстовые данные. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2015. — 93 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/63084.html>

#### 2) Программное обеспечение

##### а) Лицензионное программное обеспечение

MS Office 365 pro plus - Акт приема-передачи № 369 от 21 июля 2017

Microsoft Windows 10 Enterprise - Акт приема-передачи № 369 от 21 июля 2017

##### б) Свободно распространяемое программное обеспечение

Google Chrome

STDU Viewer

#### 3) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. ЭБС «ZNANIUM.COM» [www.znanium.com](http://www.znanium.com) ;
2. ЭБС «ЮРАИТ» [www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru) ;
3. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <https://biblioclub.ru/> ;
4. ЭБС IPRbooks <http://www.iprbookshop.ru> /;
5. ЭБС «Лань» <http://e.lanbook.com>;
6. ЭБС ТвГУ <http://megapro.tversu.ru/megapro/Web>
7. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (подписка на журналы) [https://elibrary.ru/projects/subscription/rus\\_titles\\_open.asp?](https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_open.asp?) ;
8. Репозиторий ТвГУ <http://eprints.tversu.ru>

**VI. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (или модуля).**



## **Основные вопросы для подготовки.**

1. Понятие биомедицина и виды биомедицинских технологий.
2. Здоровье, его характеристика, факторы.
3. Популяционное здоровье, типы.
4. Здоровьесберегающие технологии в школе и ДООУ, общая характеристика.
5. Понятие адаптация, биологический смысл, виды адаптации.
6. Адаптация к физическим нагрузкам ее биологический смысл.
7. Фазы процесса адаптации.
8. Стресс – как реакция адаптации.
9. Динамика уровня здоровья учащихся 1-11 классов.
10. психофизиологические особенности детей дошкольного возраста. Особенности оздоровительной работы.
11. психофизиологические особенности детей младшего школьного возраста. Особенности оздоровительной работы.
12. Особенности оздоровительной работы со старшеклассниками.
13. Понятие школьной дезадаптации, причины, последствия.
14. Понятие аномальный ребенок. Типы дизонтогенеза.
15. Школьные неврозы, причины. Профилактика, значение физической культуры.
16. Особенности оздоровительной работы с детьми с синдромом гиперактивности и дефицита внимания.
17. ЗПР, причины ЗПР, общая характеристика детей с ЗПР.
18. ДЦП, специфика дефекта.
19. Понятие хронобиология, биоритм, классификация биоритмов.
20. Десинхроноз, понятие, причины, последствия.
21. Характеристика биоритмов, примеры ритмичности биологических процессов.
22. теория биологических часов организма.

## **Требования к РЕЙТИНГ – контролю**

Весь учебный материал курса по выбору БМЗТ делится на два модуля: Общая сумма баллов  $100 = 50 \text{ б} + 50 \text{ б}$ . . Отсутствие на занятиях – 0 баллов, присутствие на занятии без активного участия – 1 балла, недостаточно активен – 1 балл. Активность определяется участием студента в обсуждаемых вопросах по темам не менее 75 % ответов от общего количества рассматриваемых вопросов и оценивается в 5 балла.

## **VII. Материально-техническое обеспечение**

Мультимедийная аппаратура, компьютер, принтер, раздаточные материалы.

## **VIII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины**

№п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины	Описание внесенных изменений	Реквизиты документа, утвердившего изменения
1.			
2.			