

**Министерство образования и науки Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Казанский национальный исследовательский технический  
университет им. А.Н. Туполева-КАИ»**

Казанский учебно-исследовательский и методический центр  
Кафедра Специальных технологий в образовании

Регистрационный № 0112-531(А)-11

## **АННОТАЦИЯ**

учебной дисциплины

**Валеология**

Индекс по учебному плану: **ФТД.В.06**

Направление подготовки: **11.03.01 Радиотехника**

Квалификация: бакалавр

Профиль подготовки: **Радиотехнические средства передачи, приема и обработки сигналов**

Виды профессиональной деятельности: **научно-исследовательская, проектно-конструкторская**

Аннотация к рабочей программе разработана д.х.н., профессором  
кафедры СТВО Гармоновым С.Ю.

г. Казань 2017 г.

# **РАЗДЕЛ 1. ИСХОДНЫЕ ДАННЫЕ И КОНЕЧНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **1.1. Цель изучения дисциплины**

Целью освоения учебной дисциплины «Валеология» является формирование полноценной личности, способной направленно использовать валеологические средства для созидания, сохранения, укрепления здоровья, а также подготовки к будущей профессиональной деятельности или других способов реализации своей жизнедеятельности, в том числе с учетом вида и характера ограничений здоровья.

## **1.2. Задачи дисциплины**

Основными задачами дисциплины являются:

- 1) обучение теоретическим основам валеологии;
- 2) формирование мотивационно-ценностного отношения к своему здоровью, установки на здоровый образ жизни, на физическое и духовное самосовершенствование, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями;
- 3) овладение студентами системой теоретических валеологических знаний, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей студента, его готовность к будущей профессии;
- 4) воспитание убеждений, моральных принципов и личной ответственности за состояние своего здоровья и окружающей среды;
- 5) ознакомление с опытом творческого использования валеологической деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

## **1.3 Место дисциплины в учебном процессе**

Дисциплина «Валеология» является одной из адаптационных дисциплин факультативного цикла и входит в содержание адаптированной образовательной программы (АОП ВО) с общим сроком обучения 5 лет.

Дисциплина формирует представления о факторах, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей студента, его готовность к будущей профессии, в том числе лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов (далее ООВЗ).

Дисциплина является начальным звеном в изучении комплекса дисциплин, связанных с профориентационной, социально- и профадаптационной тематикой, таких как «Введение в профессиональную деятельность», «Технологии профессиональной интеграции», «Практика социальной коммуникации».

## 1.4 Объем дисциплины (с указанием трудоемкости всех видов учебной работы)

Таблица 1

Объем дисциплины для очной формы обучения

Виды учебной работы	Общая трудоемкость		Семестр:	
	в ЗЕ	в час	1	
			в ЗЕ	в час
Общая трудоемкость дисциплины	2	72	2	72
Аудиторные занятия	1,5	54	1,5	54
Лекции	0,5	18	0,5	18
Лабораторные работы				
Практические занятия	0,5	18	0,5	18
Индивидуальные занятия	0,5	18	0,5	18
Самостоятельная работа студента	0,5	18	0,5	18
Проработка учебного материала	0,5	18	0,5	18
Курсовой проект				
Курсовая работа				
Подготовка к промежуточной аттестации				
Промежуточная аттестация:	зачет			

### 1.4 Формируемые компетенции

Формируемые компетенции: ВК-1 – способность к социальной и профессиональной мобильности, к адаптации к различным условиям профессиональной деятельности, а также к коммуникации с использованием ассистивных и компенсаторных информационных и коммуникационных технологий в зависимости от вида и характера ограничений здоровья.

## РАЗДЕЛ 2 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ И ТЕХНОЛОГИЯ ЕЕ ОСВОЕНИЯ

### 2.1 Структура дисциплины, ее трудоемкость

Таблица 3

Распределение фонда времени по видам занятий

Наименование раздела и темы	Всего часов	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах/интерактивные часы)				Коды составляющих компетенций	Формы и вид контроля освоения составляющих компетенций (из фонда оценочных средств)
		лекции	инд. зан.	пр. зан.	сам. раб.		

<i>Раздел 1. Здоровый образ жизни и основы гигиены</i>							<i>ФОС ТК-1</i>
тема 1.1. Введение в валеологию	77/2	22/1	42	21/1	2	ВК-13	текущий контроль
тема 1.2. Валеология питания	26/2	22/1	42	-1/1	1	ВК-13	текущий контроль
тема 1.3. Проблема курения и алкоголизма	28/2	22/1	32	22/1	2	ВК-13 ВК-1У	текущий контроль
тема 1.4. Проблема токсикомании и наркомании	28/2	22/1	32	22/1	2	ВК-13 ВК-1У ВК-1В	текущий контроль
тема 1.5. Основы гигиены человека	28/2	22/1	32	22/1	2	ВК-13 ВК-1У ВК-1В	текущий контроль
<i>Раздел 2. Профилактика социально-значимых заболеваний и оказание неотложной первой помощи</i>							<i>ФОС ТК-2</i>
тема 2.1. Поведение и здоровье	/2	22/1	32	22/1	2	ВК-13 ВК-1У	текущий контроль
тема 2.2. Социально-значимые заболевания	8/3	22/1	2	2/2	2	ВК-13 ВК-1У	текущий контроль
тема 2.3. Профилактика основных социально-значимых заболеваний	10/3	22/1	2	4/2	2	ВК-13 ВК-1У ВК-1В	текущий контроль
тема 2.4. Оказание неотложной первой помощи	9/3	22/1	2	2/2	3	ВК-13 ВК-1У ВК-1В	текущий контроль
зачет						ВК-13 ВК-1У ВК-1В	<i>ФОС ПА комплексное задание</i>
ИТОГО:	72/21	18/9	18	18/12	18		

## **РАЗДЕЛ 3 ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

### **3.1 Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

#### **3.1.1 Основная литература**

1. Вайнер, Э.Н. Валеология : учебник для вузов / Э. Н. Вайнер. - 6-е изд. - М. : Флинта ; [Б. м.] : Наука, 2008. - 416 с.

#### **3.1.2 Дополнительная литература**

2. Биктимирова, Р.Г. Оказание первой помощи в чрезвычайных ситуациях: учеб. пособие / Р. Г. Биктимирова, Е. В. Муравьева ; Мин-во образ-я и науки РФ, ФГБОУ ВПО КНИТУ-КАИ им. А.Н. Туполева. - Казань: КНИТУ-КАИ, 2014. - 228 с.

3. Артюнина, Г.П. Основы медицинских знаний: Здоровье, болезнь и образ жизни: учеб. пособие для студ. вузов / Г. П. Артюнина, С. А. Игнаткова; Псковск. гос. пед. ун-т им.С.М. Кирова. - М.: Академич. Проект ; [Б. м.] : Гаудеамус, 2008. - 560 с.

4. Волокитина, Т.В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для студ. вузов / Т. В. Волокитина, Г. Г. Бральнина, Н. И. Никитинская. - М. : Академия, 2008. - 224 с.

### **3.1.3 Методическая литература к выполнению практических работ**

5. Первая медицинская помощь: учеб. пособие / П. В. Глыбочко [и др.]. - 2-е изд., испр. - М. : Академия, 2008. - 240 с.
6. Основы физиологии и анатомии человека. Профессиональные заболевания: Учебное пособие / С.В. Степанова, С.Ю. Гармонов. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2013. (11 экз на кафедре)

## **3.2 Информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

### **3.2.1 Основное информационное обеспечение**

1. Гармонов С.Ю. Валеология [Электронный ресурс]: курс дистанционного обучения, направление подготовки бакалавров ФГОСЗ 11.03.01 Радиотехника / КНИТУ-КАИ, Казань, 2015. – Доступ по логину и паролю. URL:

[https://bb.kai.ru:8443/webapps/blackboard/execute/content/file?content\\_id= 2240 12 1&course\\_id= 12325 1](https://bb.kai.ru:8443/webapps/blackboard/execute/content/file?content_id= 2240 12 1&course_id= 12325 1)

2. Научно-техническая библиотека КНИТУ-КАИ. URL:

<http://library.kai.ru/>

3. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [www.elibrary.ru](http://www.elibrary.ru)

### **3.2.2 Дополнительное справочное обеспечение**

1. Устав федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования “Казанский национальный исследовательский технический университет им. А.Н. Туполева-КАИ” (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.12.2015 г. № 1494). URL:

<http://www.kai.ru/info/official/ustav.pdf>.

2. Правила внутреннего распорядка обучающихся КНИТУ-КАИ URL:

<http://www.kai.ru/univer/okk/inreglament.pdf>

3. Режим занятий обучающихся в КНИТУ-КАИ от 25.02.2015 URL:

<http://www.kai.ru/univer/okk/rezhim.pdf>

## **3.3 Кадровое обеспечение**

### **3.3.1 Базовое образование**

К ведению дисциплины допускаются кадры, имеющие:

- высшее образование и/или степень, соответствующие профилю преподаваемой дисциплины;
- и /или документ о профессиональной переподготовке соответствующему профилю дисциплины;
- и /или наличие заключения экспертной комиссии о соответствии квалификации преподавателя профилю преподаваемой дисциплины.

### **3.3.2 Профессионально-предметная квалификация преподавателей**

Преподаватель дисциплины должен постоянно знакомиться с современной информацией в области преподаваемой дисциплины (учебники, периодические издания, интернет-ресурсы), регулярно проходить курсы

повышения квалификации в области информационных технологий, участвовать в семинарах, конференциях, круглых столах по тематике преподаваемой дисциплины, заниматься научной деятельностью.

### **3.3.3 Педагогическая (учебно-методическая) квалификация преподавателей**

К ведению дисциплины допускаются кадры, имеющие стаж научно-педагогической работы не менее 1 года; а также практический опыт работы с людьми с ОВЗ не менее 0,5 года.

Для преподавателя обязательно прохождение повышения квалификации (стажировки) не реже чем один раз в три года, соответствующее области педагогики и методологии образования, а также вопросам обеспечения доступности объектов и предоставляемых услуг в сфере образования для лиц с ОВЗ.

Педагогические кадры, участвующие в реализации дисциплины, должны быть ознакомлены с психолого-физическими особенностями обучающихся лиц с ОВЗ, чтобы учитывать их при организации образовательного процесса; должны владеть педагогическими технологиями инклюзивного обучения и методами их использования в работе с инклюзивными группами обучающихся.