


ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РОСТОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПЕДИАТРИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель образовательной

программы

 / Стагниева И.В./

« 31 » августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

Специальность 31.05.02 Педиатрия

Форма обучения – очная

Ростов-на-Дону  
2023

## I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель** освоения дисциплины: формирование врачебного мировоззрения у студентов, которое направлено на понимание значимости свойственных только ребенку (включая внутриутробный период) процессов роста и развития, отличающих все периоды детства до взрослого состояния, и определяющих особую уязвимость детского организма по отношению к средовым факторам.

### Задачи:

- изучение условий для оптимального роста и развития ребенка и первичной профилактики (то есть предотвращения развития) заболеваний;
- изучение правил формирования здоровья детей и его поддержание при целенаправленном создании благоприятных условий для роста и развития ребенка (начиная с периконцепционного периода);
- изучение управления онтогенезом в целях формирования здоровья;
- изучение методов формирования у детей, подростков и членов их семей, позитивного медицинского поведения, направленного на сохранение и повышение уровня здоровья, в том числе распространение среди детей и подростков навыков, способствующих поддержанию на должном уровне двигательной активности;
- обучение детей, подростков и членов их семей основным гигиеническим мероприятиям оздоровительного характера, способствующим профилактике возникновения заболеваний и укреплению здоровья, устранению вредных привычек.

## II. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Изучение дисциплины направлено на формирование компетенций в соответствии с ФГОС ВО (ФГОС 3++) и ОП ВО по данной специальности:

2.1. *профессиональных (ПК):* ПК-4.

## III. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО

3.1. Дисциплина относится к обязательной части, является базовой.

## IV. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины в зет 3 час 108

### 4.1. Разделы дисциплины, изучаемые в 5 и 6 семестрах

№ раз дел а	Наименование раздела	Количество часов					
		Всего	Самостоятельная работа под контролем преподавателя				СРО*
			Л	С	ПР	ЛР	
Семестр 5							
1	Понятие о здоровье ребенка. Среда обитания и её влияние на здоровье детей.	18	2		8		8

2	Формирование здорового образа жизни у детей. Значение воспитания в формировании здоровья детей. Значение составляющих здорового образа жизни в формировании здоровья детей и подростков.	18	4		8		6
Итого по семестру		36	6		16		14
Форма промежуточной аттестации (зачёт)							
Семестр 6							
2	Формирование здорового образа жизни у детей. Значение воспитания в формировании здоровья детей. Значение составляющих здорового образа жизни в формировании здоровья детей и подростков.	34	2		14		18
3	Питание детей как фактор формирования здоровья. Национальная программа оптимизации питания детей в возрасте от 1 года до 3 лет в Российской Федерации, 2019 г.	26	6		12		8
4	Комплексная оценка состояния здоровья детей.	12	4		6		2
Итого по семестру		72	12		32		28

Форма промежуточной аттестации (зачет)						
<i>Итого по дисциплине:</i>	108	18		48		42

#### 4.2. Контактная работа Лекции

№ раздела	№ лекции	Темы лекций	Кол-во часов
<b>Семестр 5</b>			
1	1	Определение понятия «здоровье». Современные подходы к понятию «здоровье». Основные понятия в пространстве «здоровье-нездоровье-болезнь». Педиатрия развития. Концепция формирования здоровья	2
2	2,3	Образ жизни и здоровье человека. Формирование здорового образа жизни у детей, чувствительные периоды. Значение воспитания в формировании здоровья детей и подростков. Здоровый образ жизни и воспитание личности ребенка. Семья и здоровье ребенка. Здоровый образ жизни и физическое, интеллектуальное, нравственное, духовное и социальное здоровье ребенка.	4
Итого по семестру часов			6
<b>Семестр 6</b>			
2	4	Понятие о репродуктивном здоровье. Поло-ролевое воспитание детей и подростков и сохранение репродуктивного здоровья. Психическое здоровье детей и подростков. Особенности психологии подросткового возраста. Понятие о девиантном поведении. Аддиктивное поведение, понятие, профилактика.	2
3	5	Питание детей и здоровье. Рациональное питание как основной фактор формирования здоровья детей. Диетология развития. Программирование развития.	2
3	6	Пищевые вещества и их биологическая роль в правильном росте и развитии детского организма.	2
3	7	Концепция программирования питанием развития и здоровья детей и подростков. Проблема пищевого воспитания и формирование здорового образа жизни у детей и подростков. Национальная программа оптимизации питания детей в возрасте от 1 года до 3 лет	2
4	8	Программный комплекс «Восхождение к здоровью».	2
4	9	Комплексная оценка состояния здоровья детей. Проблема адаптации детей к новым микросоциальным условиям	2

Итого по семестру часов		12
<i>Итого по дисциплине часов:</i>		18

### Семинары, практические работы

№ раздела	№ семинара, ПР	Темы семинаров, практических работ	Кол-во часов	Формы текущего контроля
Семестр 5				
1	1	Современные подходы к понятию «здоровье». Основные понятия в пространстве «здоровье-нездоровье-болезнь». Педиатрия развития. Концепция формирования здоровья ребенка. Генетическое и внешнесредовое влияние на развитие ребенка. <del>Взаимосвязь здоровья и развития</del>	4	1. Устный опрос. 2. Решение ситуационных задач.
1	2	Комплексное воздействие факторов внешней среды на формирование здоровья ребенка.	4	1. Устный опрос. 2. Решение ситуационных задач. 3. Тестирование. 4. Сдача практических
2	3	Образ жизни и здоровье человека. Формирование здорового образа жизни у детей, сенситивные периоды.	4	1. Устный опрос.
2	4	Значение воспитания в формировании здоровья детей и подростков. Здоровый образ жизни и воспитание личности ребенка. Семья и здоровье ребенка. Здоровый образ жизни и физическое, интеллектуальное, нравственное, духовное и социальное здоровье ребенка.	4	1. Устный опрос. 2. Тестирование. 3. Решение ситуационных задач.
Итого по семестру часов			16	
Семестр 6				
2	5	Вредные привычки и их влияние на здоровье детей и подростков, профилактика зависимого поведения.	2	Миниконференция.
3	6	Питание детей и здоровье. Рациональное питание как основной фактор формирования здоровья детей. Диетология развития. Программирование	2	1. Устный опрос.

<b>№ раздела</b>	<b>№ семинара, ПР</b>	<b>Темы семинаров, практических работ</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Формы текущего контроля</b>
3	7,8	Пищевые вещества и их биологическая роль в правильном росте и развитии детского организма.	4	1. Устный опрос. 2. Решение ситуационных задач.
3	9	Концепция программирования питанием развития и здоровья детей и подростков.	2	1. Тестирование. 2. Устный опрос. 3. Решение ситуационных задач.
3	10	Проблема пищевого воспитания и формирование здорового образа жизни у детей и подростков. Организация питания детей раннего, дошкольного и школьного возраста. Национальная программа оптимизации питания детей в возрасте от 1 года до 3 лет в Российской Федерации, 2019 г.	2	1. Устный опрос. 2. Решение ситуационных задач. 3. Тестирование. 4. Сдача практических навыков.
3	11	Итоговое занятие по разделу «Питание детей как фактор формирования здоровья».	2	1. Тестирование. 2. Решение ситуационных задач.
2	12	Режим дня, его роль в формировании здоровья детей и подростков.	2	1. Устный опрос. 2. Решение ситуационных задач. 3. Сдача практических
2	13	Закаливание как компонент здорового образа жизни.	2	1. Устный опрос. 2. Решение ситуационных задач. 3. Сдача практических
2	14	Физическая культура и здоровье детей и подростков. Значение двигательной активности детей и подростков в формировании здоровья.	2	1. Устный опрос. 2. Решение ситуационных задач. 3. Сдача практических навыков
2	15,16	Понятие о репродуктивном здоровье. Поло-ролевое воспитание детей и подростков и сохранение репродуктивного здоровья. Психическое здоровье детей. Особенности психологии подросткового возраста. Понятие о девиантном поведении. Аддиктивное поведение понятие профилактики	4	1. Устный опрос.
2	17	Итоговое занятие по разделу «Формирование здорового образа жизни у детей. Значение воспитания в формировании здоровья детей. Значение составляющих здорового образа жизни в формировании здоровья детей и подростков»	2	1. Тестирование. 2. Решение ситуационных задач.

№ раздела	№ семинара, ПР	Темы семинаров, практических работ	Кол-во часов	Формы текущего контроля
4	18,19	Программный комплекс «Восхождение к здоровью».	4	1. Устный опрос.
4	20	Комплексная оценка состояния здоровья детей. Проблема адаптации детей к новым микросоциальным условиям.	2	1. Устный опрос. 2. Решение ситуационных задач.
Итого по семестру часов			32	
<i>Итого по дисциплине часов:</i>			48	

#### 4.3. Самостоятельная работа обучающихся

№ раздела	Вид самостоятельной работы обучающихся	Кол-во часов	Формы текущего контроля
Семестр 5			
1	Подготовка к занятиям Подготовка к текущему контролю Подготовка к тестированию	8	1. Устный опрос. 2. Тестирование. 3. Решение ситуационных задач. 4. Сдача практических навыков.
2	Подготовка к занятиям Подготовка к текущему контролю Подготовка к тестированию	6	1. Устный опрос. 2. Тестирование. 3. Решение ситуационных задач.
Итого по семестру часов		14	
Семестр 6			
2	Написание реферата Подготовка к обсуждению проблемных вопросов на миниконференции. Подготовка к практическим занятиям Подготовка к текущему контролю Подготовка к тестированию	18	1. Доклад. 2. Устный опрос. 3. Тестирование. 4. Решение ситуационных задач. 5. Реферат. 6. Сдача практических навыков.
3	Подготовка к практическим занятиям Подготовка к текущему контролю Подготовка к тестированию	8	1. Устный опрос. 2. Тестирование. 3. Решение ситуационных задач. 4. Сдача практических навыков.

№ раздела	Вид самостоятельной работы обучающихся	Кол-во часов	Формы текущего контроля
4	Подготовка к практическим занятиям Подготовка к текущему контролю Подготовка к тестированию	2	1. Устный опрос.
Итого по семестру часов		28	
<i>Итого по дисциплине часов:</i>		42	

## V. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Оценочные материалы для определения уровня сформированности компетенций в результате освоения дисциплины является приложением к рабочей программе.

## VI. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 6.1. Печатные издания

1. Мазурин А.В. Пропедевтика детских болезней: учебник / А.В. Мазурин, И.М. Воронцов - изд. 3-е, доп. и перераб. – СПб.: Фолиант, 2009. -1008 с.
2. Основы формирования здорового образа жизни у детей: монография / В.А. Шовкун. – Ростов н/Д: Изд-во РостГМУ, 2023. - 251 с.
3. Основы формирования здоровья детей: учеб. пособие / В.А. Шовкун, О.В. Лутовина; Рост. гос. мед. ун-т, каф. пропедевтики дет. болезней. – Ростов н/Д: Изд-во РостГМУ, 2023. - 164 с.
4. Нутрициология и клиническая диетология: национальное руководство / под ред. В. А. Тутельяна, Д. Б. Никитюка. - 2-е изд. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 1008 с. (Серия "Национальные руководства") - ISBN 978-5-9704-6999-6. – Режим доступа: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970469996.html>
5. Жданова Л.А., Основы формирования здоровья детей [Электронный ресурс] / Л.А. Жданова [и др.]; под ред. Л.А. Ждановой - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2023. - 416 с. - ISBN 978-5-9704-4268-5 - Режим доступа: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970474389.html>
6. Калмыкова А.С., Основы формирования здоровья детей [Электронный ресурс]: учебник/ А. С. Калмыкова и др.; под ред. А. С. Калмыковой. - - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2015. - 384 с. - ISBN 978-5-9704-3390-4 - Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970433904.html>
7. Юрьев В.В., Пропедевтика детских болезней [Электронный ресурс]: учебник / Юрьев В. В. и др.; под ред. В. В. Юрьева, М. М. Хомича. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2012. - 720 с. - ISBN 978-5-9704-2215-1 - Режим доступа: <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970422151.html>

### 6.2. Интернет-ресурсы.

ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ	Доступ к ресурсу
Электронная библиотека РостГМУ. – URL: <a href="http://109.195.230.156:9080/opac/">http://109.195.230.156:9080/opac/</a>	Доступ неограничен
Консультант студента [Комплекты: «Медицина. Здравоохранение. ВО», «Медицина. Здравоохранение СПО», «Психологические науки», к отдельным изданиям комплектов: «Гуманитарные и социальные науки», «Естественные и точные науки» входящих в «ЭБС «Консультант студента»] : Электронная библиотечная си-	Доступ неограничен



стема. – Москва : ООО «Консультант студента». - URL: <a href="https://www.studentlibrary.ru">https://www.studentlibrary.ru</a> + возможности для инклюзивного образования	
<b>Консультант врача. Электронная медицинская библиотека</b> : Электронная библиотечная система. – Москва : ООО «Высшая школа организации и управления здравоохранением.-Комплексный медицинский консалтинг». - URL: <a href="http://www.rosmedlib.ru">http://www.rosmedlib.ru</a> + возможности для инклюзивного образования	Доступ неограничен
<b>Научная электронная библиотека eLIBRARY.</b> - URL: <a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	Открытый доступ
<b>Национальная электронная библиотека.</b> - URL: <a href="http://нэб.рф/">http://нэб.рф/</a>	Виртуальный читальный зал при библиотеке
<b>Российское образование</b> : федеральный портал. - URL: <a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a> . – Новая образовательная среда.	Открытый доступ
<b>Федеральный центр электронных образовательных ресурсов.</b> - URL: <a href="http://srtv.fcior.edu.ru/">http://srtv.fcior.edu.ru/</a> (поисковая система Яндекс)	Открытый доступ
<b>Электронная библиотека Российского фонда фундаментальных исследований (РФФИ).</b> - URL: <a href="http://www.rfbr.ru/rffi/ru/library">http://www.rfbr.ru/rffi/ru/library</a>	Открытый доступ
<b>Федеральная электронная медицинская библиотека Минздрава России.</b> - URL: <a href="https://femb.ru/femb/">https://femb.ru/femb/</a> (поисковая система Яндекс)	Открытый доступ
<b>ЦНМБ имени Сеченова.</b> - URL: <a href="https://rucml.ru">https://rucml.ru</a> (поисковая система Яндекс)	Ограниченный доступ
<b>Wiley</b> : офиц. сайт; раздел «Open Access» / John Wiley & Sons. – URL: <a href="https://authorservices.wiley.com/open-research/open-access/browse-journals.html">https://authorservices.wiley.com/open-research/open-access/browse-journals.html</a> (поисковая система Яндекс)	Контент открытого доступа
<b>Cochrane Library</b> : офиц. сайт ; раздел «Open Access». - URL: <a href="https://cochranelibrary.com/about/open-access">https://cochranelibrary.com/about/open-access</a>	Контент открытого доступа
<b>Кокрейн Россия</b> : российское отделение Кокрановского сотрудничества / РМАНПО. – URL: <a href="https://russia.cochrane.org/">https://russia.cochrane.org/</a>	Контент открытого доступа
<b>Вебмединфо.ру</b> : мед. сайт [открытый информ.-образовательный медицинский ресурс]. – Москва. - URL: <a href="https://webmedinfo.ru/">https://webmedinfo.ru/</a>	Открытый доступ
<b>Univadis from Medscape</b> : международ. мед. портал. - URL: <a href="https://www.univadis.com/">https://www.univadis.com/</a> [Регулярно обновляемая база уникальных информ. и образоват. мед. ресурсов]. Бесплатная регистрация	Открытый доступ
<b>Med-Edu.ru</b> : медицинский образовательный видеопортал. - URL: <a href="http://www.med-edu.ru/">http://www.med-edu.ru/</a> . Бесплатная регистрация.	Открытый доступ
<b>Мир врача</b> : профессиональный портал [информационный ресурс для врачей и студентов]. - URL: <a href="https://mirvracha.ru">https://mirvracha.ru</a> (поисковая система Яндекс). Бесплатная регистрация	Открытый доступ
<b>DoctorSPB.ru</b> : информ.-справ. портал о медицине [для студентов и врачей]. - URL: <a href="http://doctorspb.ru/">http://doctorspb.ru/</a>	Открытый доступ
<b>МЕДВЕСТИК</b> : портал российского врача [библиотека, база знаний]. - URL: <a href="https://medvestnik.ru">https://medvestnik.ru</a>	Открытый доступ
<b>PubMed</b> : электронная поисковая система [по биомедицинским исследованиям]. - URL: <a href="https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/">https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/</a> (поисковая система Яндекс)	Открытый доступ

<i>Cyberleninka Open Science Hub</i> : открытая научная электронная библиотека публикаций на иностранных языках. – URL: <a href="https://cyberleninka.org/">https://cyberleninka.org/</a>	Открытый доступ
<b>Научное наследие России</b> : электронная библиотека / МСЦ РАН. - URL: <a href="http://www.e-heritage.ru/">http://www.e-heritage.ru/</a>	Открытый доступ
<b>КООВ.ru</b> : электронная библиотека книг по медицинской психологии. - URL: <a href="http://www.koob.ru/medical_psychology/">http://www.koob.ru/medical_psychology/</a>	Открытый доступ
<b>Президентская библиотека</b> : сайт. - URL: <a href="https://www.prilib.ru/collections">https://www.prilib.ru/collections</a>	Открытый доступ
<b>SAGE Openaccess</b> : ресурсы открытого доступа / Sage Publications. – URL: <a href="https://uk.sagepub.com/en-gb/eur/open-access-at-sage">https://uk.sagepub.com/en-gb/eur/open-access-at-sage</a>	Контент открытого доступа
<b>EBSCO &amp; Open Access</b> : ресурсы открытого доступа. – URL: <a href="https://www.ebsco.com/open-access">https://www.ebsco.com/open-access</a> (поисковая система Яндекс)	Контент открытого доступа
<b>Lvrach.ru</b> : мед. науч.-практич. портал [профессиональный ресурс для врачей и мед. сообщества, на базе науч.-практич. журнала «Лечащий врач»]. - URL: <a href="https://www.lvrach.ru/">https://www.lvrach.ru/</a> (поисковая система Яндекс)	Открытый доступ
<b>ScienceDirect</b> : офиц. сайт; раздел «Open Access» / Elsevier. - URL: <a href="https://www.elsevier.com/open-access/open-access-journals">https://www.elsevier.com/open-access/open-access-journals</a>	Контент открытого доступа
<b>Taylor &amp; Francis. Dove Medical Press. Open access journals</b> : журналы открытого доступа. – URL: <a href="https://www.tandfonline.com/openaccess/dove">https://www.tandfonline.com/openaccess/dove</a>	Контент открытого доступа
<b>Taylor &amp; Francis. Open access books</b> : книги открытого доступа. – URL: <a href="https://www.routledge.com/our-products/open-access-books/taylor-francis-oa-books">https://www.routledge.com/our-products/open-access-books/taylor-francis-oa-books</a>	Контент открытого доступа
<b>Thieme. Open access journals</b> : журналы открытого доступа / Thieme Medical Publishing Group . – URL: <a href="https://open.thieme.com/home">https://open.thieme.com/home</a> (поисковая система Яндекс)	Контент открытого доступа
<b>Karger Open Access</b> : журналы открытого доступа / S. Karger AG. – URL: <a href="https://web.archive.org/web/20180519142632/https://www.karger.com/OpenAccess">https://web.archive.org/web/20180519142632/https://www.karger.com/OpenAccess</a> (поисковая система Яндекс)	Контент открытого доступа
<b>Архив научных журналов</b> / ИП НЭИКОН. - URL: <a href="https://arch.neicon.ru/xmlui/">https://arch.neicon.ru/xmlui/</a> (поисковая система Яндекс)	Контент открытого доступа
<b>Русский врач</b> : сайт [новости для врачей и архив мед. журналов] / ИД «Русский врач». - URL: <a href="https://rusvrach.ru/">https://rusvrach.ru/</a>	Открытый доступ
<b>Directory of Open Access Journals</b> : [полнотекстовые журналы 121 стран мира, в т.ч. по медицине, биологии, химии]. - URL: <a href="http://www.doaj.org/">http://www.doaj.org/</a>	Контент открытого доступа
<b>Free Medical Journals</b> . - URL: <a href="http://freemedicaljournals.com">http://freemedicaljournals.com</a>	Контент открытого доступа
<b>Free Medical Books</b> . - URL: <a href="http://www.freebooks4doctors.com">http://www.freebooks4doctors.com</a>	Контент открытого доступа
<b>International Scientific Publications</b> . – URL: <a href="http://www.scientific-publications.net/ru/">http://www.scientific-publications.net/ru/</a>	Контент открытого доступа
<b>The Lancet</b> : офиц. сайт. – URL: <a href="https://www.thelancet.com">https://www.thelancet.com</a>	Открытый доступ
<b>Эко-Вектор</b> : портал научных журналов / IT-платформа российской ГК «ЭКО-Вектор». - URL: <a href="http://journals.eco-vector.com/">http://journals.eco-vector.com/</a>	Открытый доступ
<b>Медлайн.Ру</b> : медико-биологический информационный портал для специалистов : сетевое электронное научное издание. - URL: <a href="http://www.medline.ru">http://www.medline.ru</a>	Открытый доступ
<b>Медицинский Вестник Юга России</b> : электрон. журнал / РостГ-	Контент открытого

МУ. - URL: <a href="http://www.medicalherald.ru/jour">http://www.medicalherald.ru/jour</a> (поисковая система Яндекс)	доступа
Meduniver.com Все по медицине : сайт [для студентов-медиков]. - URL: <a href="http://www.meduniver.com">www.meduniver.com</a>	Открытый доступ
Рубрикатор клинических рекомендаций Минздрава России. - URL: <a href="https://cr.minzdrav.gov.ru/">https://cr.minzdrav.gov.ru/</a>	Контент открытого доступа
ФБУЗ «Информационно-методический центр» Роспотребнадзора : офиц. сайт. – URL: <a href="https://www.crc.ru">https://www.crc.ru</a>	Открытый доступ
Министерство здравоохранения Российской Федерации : офиц. сайт. - URL: <a href="https://minzdrav.gov.ru">https://minzdrav.gov.ru</a> (поисковая система Яндекс)	Открытый доступ
Всемирная организация здравоохранения : офиц. сайт. - URL: <a href="http://who.int/ru/">http://who.int/ru/</a>	Открытый доступ
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации : офиц. сайт. - URL: <a href="http://minobrnauki.gov.ru/">http://minobrnauki.gov.ru/</a> (поисковая система Яндекс)	Открытый доступ
Современные проблемы науки и образования : электрон. журнал. Сетевое издание. - URL: <a href="http://www.science-education.ru/ru/issue/index">http://www.science-education.ru/ru/issue/index</a>	Контент открытого доступа

### 6.3. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

- **Планирование и организация времени, необходимого для изучения дисциплины.**

Важным условием успешного освоения дисциплины Основы формирования здоровья детей является создание системы правильной организации труда, позволяющей распределить учебную нагрузку равномерно в соответствии с графиком образовательного процесса. Большую помощь в этом может оказать составление плана работы. Нужно осуществлять самоконтроль, который является необходимым условием успешной учебы. Если что-то осталось невыполненным, необходимо изыскать время для завершения этой части работы. Все задания к практическим занятиям, а также задания, вынесенные на самостоятельную работу, рекомендуется выполнять непосредственно после соответствующей темы лекционного курса, что способствует лучшему усвоению материала, позволяет своевременно выявить и устранить «пробелы» в знаниях, систематизировать ранее пройденный материал, на его основе приступить к овладению новыми знаниями и навыками.

- **Подготовка к лекциям.**

Знакомство с дисциплиной происходит уже на первой лекции, где от студента требуется не просто внимание, но и самостоятельное оформление конспекта. При работе с конспектом лекций необходимо учитывать тот фактор, что одни лекции дают ответы на конкретные вопросы темы, другие – лишь выявляют взаимосвязи между явлениями, помогая студенту понять глубинные процессы развития изучаемого предмета как в истории, так и в настоящее время.

Конспектирование лекций – сложный вид вузовской аудиторной работы, предполагающий интенсивную умственную деятельность студента. Конспект является полезным тогда, когда записано самое существенное и сделано это самим обучающимся. Не надо стремиться записать дословно всю лекцию. Такое «конспектирование» приносит больше вреда, чем пользы. Целесообразно вначале понять основную мысль, излагаемую лектором, а затем записать ее. Желательно запись осуществлять на одной странице листа или оставляя поля, на которых позднее, при самостоятельной работе с конспектом, можно сделать дополнительные записи, отметить непонятные места.

Конспект лекции лучше подразделять на пункты, соблюдая красную строку. Этому в большой степени будут способствовать вопросы плана лекции, предложенные преподавателям. Следует обращать внимание на акценты, выводы, которые делает лектор, отмечая наиболее важные моменты в лекционном материале.

Целесообразно разработать собственную систему сокращений, аббревиатур и символов. Однако при дальнейшей работе с конспектом символы лучше заменить обычными словами для быстрого зрительного восприятия текста.

Работая над конспектом лекций, всегда необходимо использовать не только учебник, но и ту литературу, которую дополнительно рекомендовал лектор. Именно такая серьезная, кропотливая работа с лекционным материалом позволит глубоко овладеть теоретическим материалом.

- **Подготовка к практическим занятиям.**

Подготовку к каждому практическому занятию студент должен начать с ознакомления с планом практического занятия, который отражает содержание предложенной темы. Тщательное продумывание и изучение вопросов плана основывается на проработке текущего материала лекции, а затем изучения обязательной и дополнительной литературы, рекомендованной к данной теме. Все новые понятия по изучаемой теме необходимо выучить наизусть и внести в глоссарий, который целесообразно вести с самого начала изучения курса.

Результат такой работы должен проявиться в способности студента свободно ответить на теоретические вопросы, правильном выполнении практических заданий и контрольных работ.

В процессе подготовки к практическим занятиям студентам необходимо обратить особое внимание на самостоятельное изучение рекомендованной литературы. При всей полноте конспектирования лекции в ней невозможно изложить весь материал из-за лимита аудиторных часов. Поэтому самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной литературой, материалами периодических изданий и Интернета является наиболее эффективным методом получения дополнительных знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме.

- **Рекомендации по работе с литературой.**

Работу с литературой целесообразно начать с изучения общих работ по теме, а также учебников и учебных пособий.

Работу с источниками надо начинать с ознакомительного чтения, т.е. просмотреть текст, выделяя его структурные единицы. При ознакомительном чтении закладками отмечаются те страницы, которые требуют более внимательного изучения.

В зависимости от результатов ознакомительного чтения выбирается дальнейший способ работы с источником. Если для разрешения поставленной задачи требуется изучение некоторых фрагментов текста, то используется метод выборочного чтения. Если в книге нет подробного оглавления, следует обратить внимание ученика на предметные и именные указатели.

Избранные фрагменты или весь текст (если он целиком имеет отношение к теме) требуют вдумчивого, неторопливого чтения с «мысленной проработкой» материала. Такое чтение предполагает выделение: 1) главного в тексте; 2) основных аргументов; 3) выводов. Особое внимание следует обратить на то, вытекает тезис из аргументов или нет.

Понятно, что умение таким образом работать с текстом приходит далеко не сразу. Наилучший способ научиться выделять главное в тексте, улавливать проблематичный характер утверждений, давать оценку авторской позиции – это сравнительное чтение, в ходе которого студент знакомится с различными мнениями по одному и тому же вопросу, срав-

нивает весомость и доказательность аргументов сторон и делает вывод о наибольшей убедительности той или иной позиции.

Если в литературе встречаются разные точки зрения по тому или иному вопросу из-за сложности прошедших событий и правовых явлений, нельзя их отвергать, не разобравшись. При наличии расхождений между авторами необходимо найти рациональное зерно у каждого из них, что позволит глубже усвоить предмет изучения и более критично оценивать изучаемые вопросы. Знакомясь с особыми позициями авторов, нужно определять их схожие суждения, аргументы, выводы, а затем сравнивать их между собой и применять из них ту, которая более убедительна.

Следующим этапом работы с литературными источниками является создание конспектов, фиксирующих основные тезисы и аргументы. Можно делать записи на отдельных листах, которые потом легко систематизировать по отдельным темам изучаемого курса. Другой способ – это ведение тематических тетрадей-конспектов по одной какой-либо теме. Большие специальные работы монографического характера целесообразно конспектировать в отдельных тетрадях. Здесь важно вспомнить, что конспекты пишутся на одной стороне листа, с полями и достаточным для исправления и ремарок межстрочным расстоянием (эти правила соблюдаются для удобства редактирования). Если в конспектах приводятся цитаты, то непременно должно быть дано указание на источник (автор, название, выходные данные, № страницы). Впоследствии эта информация может быть использована при написании текста реферата или другого задания.

Таким образом, при работе с источниками и литературой важно уметь:

- сопоставлять, сравнивать, классифицировать, группировать, систематизировать информацию в соответствии с определенной учебной задачей;
- обобщать полученную информацию, оценивать прослушанное и прочитанное;
- фиксировать основное содержание сообщений; формулировать, устно и письменно, основную идею сообщения; составлять план, формулировать тезисы;
- готовить и презентовать развернутые сообщения типа доклада;
- работать в разных режимах (индивидуально, в паре, в группе), взаимодействуя друг с другом;
- пользоваться реферативными и справочными материалами;
- контролировать свои действия и действия своих товарищей, объективно оценивать свои действия;
- обращаться за помощью, дополнительными разъяснениями к преподавателю, другим студентам.
- пользоваться лингвистической или контекстуальной догадкой, словарями различного характера, различного рода подсказками, опорам в тексте (ключевые слова, структура текста, предваряющая информация и др.);
- использовать при говорении и письме перифраз, синонимичные средства, слова-описания общих понятий, разъяснения, примеры, толкования, «словотворчество»;
- повторять или перефразировать реплику собеседника в подтверждении понимания его высказывания или вопроса;
- обратиться за помощью к собеседнику (уточнить вопрос, переспросить и др.);
- использовать мимику, жесты (вообще и в тех случаях, когда языковых средств не хватает для выражения тех или иных коммуникативных намерений).

#### **Методические рекомендации по написанию реферата**

Реферат – краткая запись идей, содержащихся в одном или нескольких источниках, которая требует умения сопоставлять и анализировать различные точки зрения.

Реферат – одна из форм интерпретации исходного текста или нескольких источников. Поэтому реферат, в отличие от конспекта, является новым, авторским текстом. Новизна в данном случае подразумевает новое изложение, систематизацию материала, особую авторскую позицию при сопоставлении различных точек зрения.

Реферирование предполагает изложение какого-либо вопроса на основе классифи-

кации, обобщения, анализа и синтеза одного или нескольких источников.

Обучающиеся при написании реферата должны ориентироваться на следующую структуру реферата:

- 1) титульный лист;
- 2) план работы с указанием страниц каждого вопроса, подвопроса (пункта);
- 3) введение;
- 4) текстовое изложение материала, разбитое на вопросы и подвопросы (пункты, подпункты) с необходимыми ссылками на источники, использованные автором;
- 5) заключение;
- 6) список использованной литературы.

Реферат оценивается преподавателем исходя из критериев оценки реферата (см. ФОС).