

**ФГБОУ ВО «Ярославский государственный педагогический  
университет им. К.Д. Ушинского»**

**У Т В Е Р Ж Д А Ю**  
**проректор по организации образовательной**  
**деятельности и обеспечению условий**  
**образовательного процесса**  
**\_\_\_\_\_ В.П. Завойстый**  
**« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019 г.**

**Программа комплексного экзамена**

**Модуль здоровьесбережения**

**Рекомендуется для направлений подготовки:**

**05.03.02 География**

**06.03.01 Биология**

**38.03.02 Менеджмент**

**39.03.01 Социология**

**39.03.02 Социальная работа**

**39.03.03 Организация работы с молодежью**

**41.03.01 Зарубежное регионоведение**

**42.03.01 Реклама и связи с общественностью**

**42.03.02 Журналистика**

**43.03.02 Туризм**

**45.03.02 Лингвистика**

**48.03.01 Теология**

**49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии  
здоровья (адаптивная физическая культура)**

**Квалификация (степень) выпускника: бакалавр**

**Разработчики:**

старший преподаватель кафедры медицины

Е.И. Зеркалина

доцент кафедры безопасности жизнедеятельности,  
кандидат биологических наук

В.Д. Горичева

профессор кафедры физического воспитания,  
кандидат педагогических наук

В.Н. Приходько

**Утверждена на заседании кафедр:**

Кафедра медицины

« » 2019 г.

Протокол №

Зав. кафедрой

И. А. Тихомирова

Кафедра безопасности жизнедеятельности

« » 2019 г.

Протокол №

Зав. кафедрой

А.Г. Гуцин

Кафедра физического воспитания

« » 2019 г.

Протокол №

Зав. кафедрой

В.Н. Приходько

### **1. Цель комплексного экзамена по модулю «Здоровьесбережения»:**

проверить у обучающихся системные знания для решения профессиональных задач, связанных с организацией деятельности по сохранению и укреплению здоровья; сформированность мотивации к здоровому образу жизни, безопасному поведению личности и готовность к занятиям физической культурой и спортом.

### **2. Дисциплины модуля, включенные в содержание комплексного экзамена:**

- основы медицинских знаний;
- безопасность жизнедеятельности;
- физическая культура;
- элективные курсы по физической культуре и спорту.

### **3. Требования к проведению комплексного экзамена:**

Допуск к экзамену осуществляется при соблюдении следующих требований:

#### 1. Зачет по дисциплинам, входящим в модуль «Здоровьесбережения»:

- основы медицинских знаний;
- безопасность жизнедеятельности;
- физическая культура.

2. Экзамен включает задания интегрированного характера по всем дисциплинам модуля и предполагает проверку уровня сформированности у студента готовности к выполнению трудовых действий обобщенных трудовых функций: Обучение, Воспитательная деятельность, Развивающая деятельность, обозначенных в профессиональном стандарте «Педагог (педагогическая деятельность дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель)». Утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. № 544н:

### **4. Структура комплексного экзамена:**

1. Компетентностно-ориентированный тест (теоретические основы здоровьесбережения).
2. Ситуационные задачи (познавательные умения от уровня узнавания, распознавания до элементов логического мышления).

### **5. Критерии оценки результатов комплексного экзамена**

<b>отлично</b>	16 - 21 балл за тест; 4 - 5 баллов за решение ситуационных задач
<b>хорошо</b>	13 - 18 баллов за тест; 3 балла за решение ситуационных задач
<b>удовлетворительно</b>	13 - 15 баллов за тест; 2 балла за решение ситуационных задач
<b>неудовлетворительно</b>	менее 13 баллов за тест; менее 2 баллов за решение ситуационных задач

## **6. Содержание комплексного экзамена**

Комплексный экзамен состоит из 2-х заданий:

1. Тесты с выбором одного правильного ответа
2. Решение ситуационных задач.

## **7. Вопросы для подготовки**

1. Половое воспитание детей разного возраста. Виды контрацепции.
2. Влияние двигательной активности на состояние здоровья человека.
3. Основные признаки острой кровопотери.
4. Основные признаки клинической смерти.
5. Первая помощь при вывихах и переломах.
6. Первая помощь при симптомах «острого живота».
7. Первая помощь при солнечном ударе.
8. Первая помощь при термических ожогах.
9. Первая помощь при электротравме.
10. Понятие здоровья. Здоровый образ жизни: его критерии.
11. Факторы формирования здорового образа жизни.
12. Понятие рационального питания.
13. Понятие о транспортной иммобилизации.
14. Понятие об аборте.
15. Метеорологические опасные явления.
16. Опасные вещества разного спектра действия.
17. Особенности действия химического, биологического, ядерного оружия.
18. Отличительные особенности катастроф и аварий.
19. Поведение в случае опасности пожара, при задымлении помещения.
20. Понятие безопасности, безопасного поведения.
21. Понятие реанимации. Реанимационные мероприятия.
22. Понятие чрезвычайной ситуации.
23. Понятие эвакуации. Способы эвакуации.
24. Правила поведения заложников во время освобождения.
25. Структура Российской единой системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).
26. Понятие физической культуры. Ее роль в развитии организма и укреплении здоровья.
27. Двигательные качества; физические способности человека.
28. Оптимальный двигательный режим при занятиях физической культурой.
29. Методы и средства физического воспитания.
30. Массаж как средство физического воспитания.
31. Мышечное утомление: причины, признаки, профилактика.

## **8. Перечень литературы, необходимой для подготовки к комплексному экзамену:**

1. Кирпичев В.И. Физиология и гигиена подростка [Текст]. – М.: Академия, 2008. – 208с.
2. Малыгин А.М., Биологические основы здоровья, Ярославль, Канцлер, 2008, 206с.
3. Митяева А.М., Здоровьесберегающие педагогические технологии, М., Академия, 2012, 192с.
4. Лытаев С.А., Пуговкин А.П., Основы медицинских знаний, М., Академия, 2011, 272с.
5. Мисюк М. Н., Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни [Электронный

ресурс]: М., Юрайт, 2018, 499с.

6. Михайлов Л.А./ред., Безопасность жизнедеятельности, М, Академия, 2011 г., 272 с.
7. Соломин В. П., Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений, М., Юрайт, 2018 г., 399 с.
8. Вишняков Я.Д. и др., Безопасность жизнедеятельности. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях, М., Академия, 2007, 304с.
9. Курамшин Ю.Ф., Теория и методика физической культуры, М, Советский спорт, 2004, 464 с. (110 экз).
10. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С., Теория и методика физической культуры и спорта, М, Академия, 2011, 480 с. (36 экз).
11. Быченков С.В. Физическая культура [Электронный ресурс]: учебник для студентов высших учебных заведений/ Быченков С.В., Везеницын О.В.— Электрон. текстовые данные.—Саратов: Вузовское образование, 2016.— 270 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/49867.html>.— ЭБС «IPRbooks»
12. Барчуков И. С.. Физическая культура: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / под общей редакцией Н.Н. Маликова. – М.: Академия, 2011. – 528 с.
13. Барчуков И.С., Нестеров А.А. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика. - М.: Академия, 2009.- 528с.
14. Дашинробоев В.Д.. Физическая культура. Учебное пособие для высших учебных заведений, 2-е изд. переработанное. Под ред. В.Д. Дашинробоева. – Улан- Удэ. Издательство, 2007. 229 с.
15. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. - 480 с
16. В.Ю.Волков, Л.М.Волкова: Физическая культура: Печатная версия электронного учебника 2-ое изд. испр. и доп. – СПб.: Изд-во Политехн. ун-та. 2009. 322 с.
17. В.И. Ильинича, Гардарики. - М.: Физическая культура студента: Учебник / Под ред., 2000. — 448 с.
18. Мельников А.А., С.Г. Попов/ Методические рекомендации по изучению дисциплины «Физическая культура» для студентов специальной медицинской группы. Методические рекомендации. Ярославль.: Изд-во ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, 2012. - 15 с.
19. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и Спорт, СпортАкадемПресс, 2008. - 544 с.