

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Факультет истории, социологии и международных отношений

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по учебной работе  
качеству образования – Вервиль  
проректор

подпись

« 28 » май 2021 г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### Б1.В.ДВ.07.02 КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ: ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ

(код и наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность 39.03.01 Социология  
(код и наименование направления подготовки/специальности)

Направленность (профиль) / специализация  
Прикладные методы социологических исследований  
(наименование направленности (профиля) / специализации)

Форма обучения очная  
(очная, очно-заочная, заочная)

Квалификация бакалавр

Рабочая программа дисциплины «КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ: ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ» составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 39.03.01 Социология

Программу составил(и):

Т.А. Михайлова, доцент, к.с.н



Рабочая программа дисциплины «Культура здоровья: теория и методология исследований» утверждена на заседании кафедры (разработчика) социологии протокол № 8 от 27 апреля 2021г.

Заведующий кафедрой (разработчика) Рожков А.Ю.

  
подпись

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры (выпускающей) социологии

протокол № 8 от 27 апреля 2021г.

Заведующий кафедрой (разработчика) Рожков А.Ю.

  
подпись

Утверждена на заседании учебно-методической комиссии факультета истории, социологии и международных отношений

протокол № 4 от 27 апреля 2021г.

Председатель УМК факультета Э.Г. Вартаньян

  
подпись

Рецензенты:

Муха Виктория Николаевна, канд. социол. наук, доцент, заведующий Центром социологических исследований ФГБОУ ВО КубГУ

Касьянов Валерий Васильевич, доктор ист. наук, доктор социол. наук, профессор, заведующий кафедрой истории России ФГБОУ ВО КубГУ

## 1 Цели и задачи изучения дисциплины (модуля)

### 1.1 Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Культура здоровья: теория и методология исследования» является формирование бережного и ответственного отношения к своему здоровью как социальной ценности человека, необходимости вести здоровый образ жизни, посредством современных знаний о здоровье, навыков здоровьесберегающего поведения, что способствует выполнению качественной социальной и профессиональной деятельности.

### 1.2 Задачи дисциплины

- Раскрыть понимание сущности культуры здоровья и здорового образа жизни;
- Сформировать систему знаний о здоровье человека и факторах, влияющих на формирование и поддержание здоровья;
- Обосновать необходимость ведения здорового образа и стиля жизни, заботы о здоровье как приоритетной ценности;
- Объяснить значимость первичных агентов социализации в привитии культуры здоровья;
- Изучить основы традиционных и современных оздоровительных систем;
- Исследовать типичные проблемы культуры здоровья современного человека.

### 1.3 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ: ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ ИССЛЕДОВАНИЙ» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 "Дисциплины (модули)" учебного плана.

Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины: «Методология и методы социологического исследования», «Основы научно-исследовательской работы», «Социология профессий», «Социология общественного мнения», «Социология культуры», «Правоведение», «Социальная психология».

### 1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

Код и наименование индикатора*	Результаты обучения по дисциплине ( <i>знает, умеет, владеет (навыки и/или опыт деятельности)</i> )
<b>УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</b>	
УК-6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей;	<b>Знает</b> как управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию личностного развития и профессионального роста.
УК-6.2. Определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста	<b>Умеет</b> использовать инструменты и методы управления временем при выполнении поставленных целей и конкретных задач. <b>Владеет</b> навыками определения приоритетности собственной деятельности, самоорганизации и саморазвития (в том числе здоровьесбережения).
<b>ОПК-2 Способен к социологическому анализу и научному объяснению социальных явлений и процессов на основе научных теорий, концепций, подходов</b>	

Код и наименование индикатора*	Результаты обучения по дисциплине ( <i>знает, умеет, владеет (навыки и/или опыт деятельности)</i> )
ОПК-2.1. Находит, анализирует и представляет фактические данные, готовит аналитическую информацию об исследуемых социальных группах, процессах и явлениях	<b>Знает</b> социологические теории, концепции и подходы объяснения социальных явлений и процессов.
ОПК-2.2. Описывает социальные исследования и процессы на основе объективной безоценочной интерпретации эмпирических данных;	<b>Умеет</b> описывать социальные исследования и процессы на основе объективной безоценочной интерпретации эмпирических данных.
ОПК-2.3. Объясняет социальные явления и процессы на основе концепций и объяснительных моделей социологии.	<b>Владеет</b> навыками объяснять социальные явления и процессы на основе концепций и объяснительных моделей социологии.

## 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 3 зач. ед. (108 часов), их распределение по видам работ представлено в таблице

Виды работ	Всего часов	Форма обучения	
		Очная	
		8 семестр (часы)	X семестр (часы)
<b>Контактная работа, в том числе:</b>			
<b>Аудиторные занятия (всего):</b>	<b>44</b>	<b>44</b>	
занятия лекционного типа	24	24	
лабораторные занятия	-		
практические занятия	-		
семинарские занятия	20	24	
<b>Иная контактная работа:</b>			
Контроль самостоятельной работы (КСР)	4	4	
Промежуточная аттестация (ИКР)	0,2	0,2	
<b>Самостоятельная работа, в том числе:</b>	<b>59,8</b>	<b>59,8</b>	
Подготовка к текущему контролю	59,8	59,8	
<b>Контроль:</b>	-	-	
Подготовка к экзамену	-	-	
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>108</b>		
час.	<b>108</b>		
в том числе контактная работа	<b>48,2</b>		
зач. Ед	<b>3</b>		

### 2.2 Содержание дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоёмкости по разделам дисциплины.

Разделы (темы) дисциплины, изучаемые в 8 семестре (4 курсе) (очная форма обучения)

№	Наименование разделов (тем)	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1.	Культура здоровья как учебная дисциплина.	8	2	1	-	5
2.	Исторические предпосылки развития культуры здоровья.	8	2	1	-	5

3.	Представления ученых о культуре здоровья человека: социокультурный обзор.	9	2	2	-	5
4.	Культура здоровья личности: основные компоненты и факторы здоровья.	9	2	2	-	5
5.	Здоровый образа жизни как компонент культуры здоровья личности.	9	2	2	-	5
6.	Роль физической культуры и массового спорта в формировании здорового образа жизни общества.	9	2	2	-	5
7.	Трансформация оздоровительных программ: традиционные и современные практики.	9	2	2	-	5
8.	Роль первичных агентов социализации в привитии культуры здоровья среди детей и молодежи.	9	2	2	-	5
9.	Девиантное поведение в контексте культуры здоровья личности.	9	2	2	-	5
10.	Профессионально-прикладные аспекты культуры здоровья работников умственного труда.	9	2	2	-	5
11.	Здоровье и физическая культура в иерархии ценностей студентов: обзор эмпирических исследований разных лет.	8	2	1	-	5
12.	Типичные проблемы культуры здоровья современного человека: взгляд социолога.	7,8	2	1	-	4,8
<i>ИТОГО по разделам дисциплины</i>		103,8	24	20	-	59,8
Контроль самостоятельной работы (КСР)		4				
Промежуточная аттестация (ИКР)		0,2				
Подготовка к текущему контролю		-				
Общая трудоемкость по дисциплине		108				

Примечание: Л – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СРС – самостоятельная работа студента

## 2.3 Содержание разделов (тем) дисциплины

### 2.3.1 Занятия лекционного типа

№	Наименование раздела (темы)	Содержание раздела (темы)	Форма текущего контроля
1.	Культура здоровья как учебная дисциплина.	Понятие «культура здоровья», основные цели, задачи и функции дисциплины.	О
2.	Исторические предпосылки развития культуры здоровья.	Междисциплинарные исследования культуры здоровья и телесности человека. Социально-философские основания осмысления феномена здоровья.	О
3.	Представления ученых о культуре здоровья человека: социокультурный обзор.	Взгляд ученых на вопросы сохранения и укрепления здоровья, конгломерат духовной и физической культуры и красоты. На примере, представлений П.А. Сорокина о влиянии факторов и социальных институтов, которые воспитывают человека (семья, школа, профессия и пр.).	О
4.	Культура здоровья личности: основные компоненты и факторы здоровья.	Понятие «здоровье», его содержательная характеристика. Основные компоненты и факторы здоровья. Факторы, определяющие здоровье: образ жизни, наследственность, внешняя среда и природно климатические условия, здравоохранение и т.д.	О
5.	Здоровый образа жизни как компонент культуры здоровья личности.	Понятие «здорового образа жизни». Содержательные характеристики образа жизни. Основные составляющие здорового образа жизни: режим труда и отдыха, искоренение вредных привычек, оптимальный двигательный режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание и т.п.	О
6.	Роль физической культуры и массового спорта в формировании здорового образа жизни общества.	Понятие физической культуры и массового спорта. Массовый спорт и физическая культура как важнейшие факторы формирования здорового образа жизни. Опыт проведения и организации в нашей стране различных физкультурно-спортивных мероприятий.	О
7.	Трансформация оздоровительных	Традиционные и современные оздоровительные программы, средства и методики: критический обзор.	О

	программ: традиционные и современные практики.	Практики ухода за телом. Самопознание и саморазвитие личности.	
8.	Роль первичных агентов социализации в привитии культуры здоровья среди детей и молодежи.	Институт семьи как субъект первичной социализации в привитии культуры здоровья среди детей и молодежи. Институт образования (школа, колледж, университет и т.д.) как субъект формирования здоровья и отношения к нему.	О
9.	Девиантное поведение в контексте культуры здоровья личности.	Негативное воздействие различных девиаций (пьянство, курение и т.д.) на организм молодого человека. Борьба с вредными привычками. Роль физической культуры в преодолении вредных привычек.	О
10.	Профессионально-прикладные аспекты культуры здоровья работников умственного труда.	Двигательная активность человека в режиме трудового дня. Сохранение и укрепление здоровья работников умственного труда. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.	О
11.	Здоровье и физическая культура в иерархии ценностей студентов: обзор эмпирических исследований разных лет.	Здоровый образ и стиль жизни студента. Социологические исследования социальной значимости здоровья и физической культуры в иерархии ценностей студентов. Здоровье как жизненная ценность.	О
12.	Типичные проблемы культуры здоровья современного человека: взгляд социолога.	Типичные проблемы культуры здоровья современного человека: взгляд социолога.	О

### 2.3.2 Занятия семинарского типа (практические / семинарские занятия/ лабораторные работы)

№	Наименование раздела (темы)	Тематика занятий/работ	Форма текущего контроля
1.	Культура здоровья как учебная дисциплина.	Понятие «культура здоровья», основные цели, задачи и функции дисциплины. Предмет и объект дисциплины «культура здоровья». Культура здоровья и смежные дисциплины. Содержательные компоненты культуры здоровья. Культура здоровья как важнейшая составляющая общечеловеческой культуры.	О. Д.
2.	Исторические предпосылки развития культуры здоровья.	Социальные и исторические предпосылки развития в мире системы воспитания культуры здоровья людей. Хронология развития культуры здоровья человека на различных периодах развития общества. Исторические особенности становления культуры здоровья в нашей стране.	О. Д.
3.	Представления ученых о культуре здоровья человека: социокультурный обзор.	Социально-философское осмысление культуры здоровья. Телесность человека: социальный и исторический аспект. Социальные и исторические этапы восприятия телесности: античность, средневековье, возрождение, современность.	О. Д.
4.	Культура здоровья личности: основные компоненты и факторы здоровья.	Социологические показатели отношения к здоровью на уровне личности. Социальное здоровье и нравственность личности. Здоровье как социальная категория. Компоненты здоровья: физическое, психическое, нравственное, социальное.	О. Д. Т.
5.	Здоровый образа жизни	Компоненты культуры здорового образа жизни:	

	как компонент культуры здоровья личности.	физическая культура личности, культура питания, культура досуга, культура поведения. Абсолютное здоровье как абстракция. Образ жизни и долголетие. Образ жизни как ключевой фактор здоровья. Творчество и здоровье человека.	О. Д.
6.	Роль физической культуры и массового спорта в формировании здорового образа жизни общества.	Факторы, формирующие мотивацию людей к занятиям физической культурой и спортом. Массовые мероприятия вовлечения граждан к занятиям спортом и физической культурой: на примере Краснодарского края. Региональный проект Краснодарского края «Спорт - норма жизни»: основные показатели.	О. Д. Т.
7.	Трансформация оздоровительных программ: традиционные и современные практики.	Традиционные и современные оздоровительные программы, средства и методики: критический обзор. Практики ухода за телом. Самопознание и саморазвитие личности. Целесообразность занятий физическими упражнениями для здоровья организма.	О. Д. Т.
8.	Роль первичных агентов социализации в привитии культуры здоровья среди детей и молодежи.	Институт семьи как субъект первичной социализации в привитии культуры здоровья среди детей и молодежи. Институт образования (школа, колледж, университет и т.д.) как субъект формирования здоровья и отношения к нему. Значимость физической культуры и спорта в социализации личности на разных возрастных этапах.	О. Д.
9.	Девиантное поведение в контексте культуры здоровья личности.	Негативное воздействие различных девиаций (пьянство, курение и т.д.) на организм молодого человека. Профилактика девиантного поведения подростков посредством приобщения к физической культуре.	О. Д.
10.	Профессионально-прикладные аспекты культуры здоровья работников умственного труда.	Здоровье и образ жизни современных работников умственного труда. Гигиена умственного труда. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.	О. Д. Т.
11.	Здоровье и физическая культура в иерархии ценностей студентов: обзор эмпирических исследований разных лет.	Региональные особенности отношения студентов к своему здоровью: опыт проведения социологических исследований на примере Краснодарского края. Поведенческие риски молодежи по отношению к своему здоровью. Физическая культура и спорт в повседневной жизни молодежи.	О. Д.
12.	Типичные проблемы культуры здоровья современного человека: взгляд социолога.	Типичные проблемы культуры здоровья современного человека: взгляд социолога.	Э.

Опрос (О), написание доклада-презентации (Д), тестирование (Т), Э (эссе) и т.д.

### 2.3.3 Примерная тематика курсовых работ (проектов)

Не предусмотрены

### 2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

№	Вид СРС	Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы
1	Самостоятельная работа студентов	<b>Методические указания по самостоятельной работе студентов,</b> утвержденные кафедрой социология, протокол № 15 от 23 мая 2017 г.
2	Реализация образовательных	Методические материалы по реализации образовательных технологий, утвержденные кафедрой социология, протокол № 10 от 14 февраля 2017

	технологий в учебном процессе	г.
--	-------------------------------	----

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла,
- в печатной форме на языке Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

### 3. Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины (модуля)

При реализации различных видов учебной работы по дисциплине «Культура здоровья: теория и методология исследования», используются следующие образовательные технологии: активные и интерактивные формы проведения занятий – интерактивные и проблемные лекции, опрос, доклады, дискуссии / обсуждения; самостоятельная работа – работа с публикациями в специализированных периодических изданиях, эссе, тестирование.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья предусмотрена организация консультаций с использованием электронной почты.

### 13. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Оценочные средства предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины «Культура здоровья: теория и методология исследования».

Оценочные средства включает контрольные материалы для проведения **текущего контроля** в форме тестовых заданий, доклада-презентации по проблемным вопросам, опросов и **промежуточной аттестации** в форме вопросов к зачету.

#### Структура оценочных средств для текущей и промежуточной аттестации

№ п/п	Код и наименование индикатора	Результаты обучения	Наименование оценочного средства	
			Текущий контроль	Промежуточная аттестация
1	УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать	<b>Знает</b> как управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию личностного развития и профессионального роста.		



	траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	<p><b>Умеет</b> использовать инструменты и методы управления временем при выполнении поставленных целей и конкретных задач.</p> <p><b>Владеет</b> навыками определения приоритетности собственной деятельности, самоорганизации и саморазвития (в том числе здоровьесбережения).</p>	<p><i>Опрос</i> <i>Тестирование</i> <i>Доклад - презентация</i> <i>Эссе</i></p>	<p><i>Вопросы на зачете 1 - 12</i></p>
2	ОПК-2 Способен к социологическому анализу и научному объяснению социальных явлений и процессов на основе научных теорий, концепций, подходов	<p><b>Знает</b> социологические теории, концепции и подходы объяснения социальных явлений и процессов.</p> <p><b>Умеет</b> описывать социальные исследования и процессы на основе объективной безоценочной интерпретации эмпирических данных.</p> <p><b>Владеет</b> навыками объяснять социальные явления и процессы на основе концепций и объяснительных моделей социологии.</p>		

**Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

***Темы докладов – презентаций (ОПК-2, УК-6)***

1. Понятие «культура здоровья», основные цели, задачи и функции дисциплины.
2. Предмет и объект дисциплины «культура здоровья».
3. Культура здоровья и смежные дисциплины.
4. Содержательные компоненты культуры здоровья.
5. Культура здоровья как важнейшая составляющая общечеловеческой культуры.
6. Социальные и исторические предпосылки развития в мире системы воспитания культуры здоровья людей.
7. Хронология развития культуры здоровья человека на различных периодах развития общества.
8. Исторические особенности становления культуры здоровья в нашей стране.
9. Социально-философское осмысление культуры здоровья.
10. Телесность человека: социальный и исторический аспект.
11. Социальные и исторические этапы восприятия телесности: античность, средневековье, возрождение, современность.
12. Социологические показатели отношения к здоровью на уровне личности.
13. Социальное здоровье и нравственность личности.
14. Здоровье как социальная категория.
15. Компоненты здоровья: физическое, психическое, нравственное, социальное.
16. Компоненты культуры здорового образа жизни: физическая культура личности, культура питания, культура досуга, культура поведения.
17. Абсолютное здоровье как абстракция.
18. Образ жизни и долголетие.
19. Образ жизни как ключевой фактор здоровья.
20. Творчество и здоровье человека.
21. Факторы, формирующие мотивацию людей к занятиям физической культурой и спортом.
22. Массовые мероприятия вовлечения граждан к занятиям спортом и физической культурой: на примере Краснодарского края.

23. Региональный проект Краснодарского края «Спорт - норма жизни»: основные показатели.
24. Традиционные и современные оздоровительные программы, средства и методики: критический обзор.
25. Практики ухода за телом. Самопознание и саморазвитие личности.
26. Целесообразность занятий физическими упражнениями для здоровья организма.
27. Институт семьи как субъект первичной социализации в привитии культуры здоровья среди детей и молодежи.
28. Институт образования (школа, колледж, университет и т.д.) как субъект формирования здоровья и отношения к нему.
29. Значимость физической культуры и спорта в социализации личности на разных возрастных этапах.
30. Негативное воздействие различных девиаций (пьянство, курение и т.д.) на организм молодого человека.
31. Профилактика девиантного поведения подростков посредством приобщения к физической культуре.
32. Здоровье и образ жизни современных работников умственного труда.
33. Гигиена умственного труда.
34. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.
35. Региональные особенности отношения студентов к своему здоровью: опыт проведения социологических исследований на примере Краснодарского края.
36. Поведенческие риски молодежи по отношению к своему здоровью.
37. Физическая культура и спорт в повседневной жизни молодежи.

#### **Зачетно-экзаменационные материалы для промежуточной аттестации (зачет)**

##### **Вопросы для подготовки к зачету:**

1. Культура здоровья как учебная дисциплина. (ОПК-2, УК-6)
2. Исторические предпосылки развития культуры здоровья. (ОПК-2, УК-6)
3. Представления ученых о культуре здоровья человека: социокультурный обзор. (ОПК-2, УК-6)
4. Культура здоровья личности: основные компоненты и факторы здоровья. (ОПК-2, УК-6)
5. Здоровый образ жизни как компонент культуры здоровья личности. (ОПК-2, УК-6)
6. Роль физической культуры и массового спорта в формировании здорового образа жизни общества. (ОПК-2, УК-6)
7. Трансформация оздоровительных программ: традиционные и современные практики. (ОПК-2, УК-6)
8. Роль первичных агентов социализации в привитии культуры здоровья среди детей и молодежи. (ОПК-2, УК-6)
9. Девиантное поведение в контексте культуры здоровья личности. (ОПК-2, УК-6)
10. Профессионально-прикладные аспекты культуры здоровья работников умственного труда. (ОПК-2, УК-6)
11. Здоровье и физическая культура в иерархии ценностей студентов: обзор эмпирических исследований разных лет. (ОПК-2, УК-6)
12. Типичные проблемы культуры здоровья современного человека: взгляд социолога. (ОПК-2, УК-6)

##### **Критерии оценивания результатов обучения**

##### **Критерии оценки:**

«Зачтено», если ответы на поставленные в билете вопросы излагаются логично, последовательно и не требуют дополнительных пояснений; делаются обоснованные выводы; демонстрируются глубокие знания базовых терминов и понятий курса; соблюдаются нормы литературной речи;

«Незачтено», если материал излагается непоследовательно, сбивчиво, не представляет определенной системы знаний по дисциплине; имеются заметные нарушения норм литературной речи.

Оценочные средства для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбираются с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

– при необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на экзамене;

– при проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями;

– при необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

– в печатной форме увеличенным шрифтом,

– в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

– в печатной форме,

– в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

– в печатной форме,

– в форме электронного документа.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

## **5. Перечень учебной литературы, информационных ресурсов и технологий**

### **5.1. Основная литература:**

1. Масалова О.Ю. Физическая культура: педагогические основы ценностного отношения к здоровью : учебное пособие для студентов вузов / О. Ю. Масалова ; [под ред. М. Я. Виленского]. М. : КНОРУС, 2012. - 184 с.

2. Виленский М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учебное пособие для студентов вузов / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. - 2-е изд., стер. - М. : КНОРУС, 2012. - 239 с.

3. Рубанович В.Б. Основы здорового образа жизни : учебное пособие для студентов вузов / В. Б. Рубанович, Р. И. Айзман ; М-во образования и науки Рос. Федерации, ФГБОУ ВПО "Новосибирский гос. пед. ун-т", ФГБОУ ВПО "Московский пед. гос. ун-т" . - Новосибирск ; М. : [АРТА], 2011. - 255 с.

4. Назарова Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие: учебное пособие для студентов вузов / Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жилов. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - 255 с.

### **5.2. Дополнительная литература:**

5. Здоровый образ жизни : учебное пособие для студентов вузов / А. М. Митяева. - М. : Академия, 2008. - 140 с.
6. Бароненко В.А. Здоровье и физическая культура студента : учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования / В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт. 2-е изд., перераб. – М.: Альфа-М: ИНФРА-М, 2009. - 335 с.
7. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний: учебное пособие для студентов медицинских вузов / под редакцией Н. Д. Ющука, И. В. Маева, К. Г. Гуревича. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Практика, 2015. - 416 с.

### **5.3. Интернет-ресурсы, в том числе современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

#### **Электронно-библиотечные системы (ЭБС):**

1. ЭБС «ЮРАЙТ» <https://urait.ru/>
2. ЭБС «УНИВЕРСИТЕТСКАЯ БИБЛИОТЕКА ОНЛАЙН» [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
3. ЭБС «BOOK.ru» <https://www.book.ru>
4. ЭБС «ZNANIUM.COM» [www.znanium.com](http://www.znanium.com)
5. ЭБС «ЛАНЬ» <https://e.lanbook.com>

#### **Профессиональные базы данных:**

1. Web of Science (WoS) <http://webofscience.com/>
2. Scopus <http://www.scopus.com/>
3. ScienceDirect [www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com)
4. Журналы издательства Wiley <https://onlinelibrary.wiley.com/>
5. Научная электронная библиотека (НЭБ) <http://www.elibrary.ru/>
6. Полнотекстовые архивы ведущих западных научных журналов на Российской платформе научных журналов НЭИКОН <http://archive.neicon.ru>
7. Национальная электронная библиотека (доступ к Электронной библиотеке диссертаций Российской государственной библиотеки (РГБ) <https://rusneb.ru/>
8. Президентская библиотека им. Б.Н. Ельцина <https://www.prilib.ru/>
9. Электронная коллекция Оксфордского Российского Фонда <https://ebookcentral.proquest.com/lib/kubanstate/home.action>
10. Springer Journals <https://link.springer.com/>
11. Nature Journals <https://www.nature.com/siteindex/index.html>
12. Springer Nature Protocols and Methods <https://experiments.springernature.com/sources/springer-protocols>
13. Springer Materials <http://materials.springer.com/>
14. zbMath <https://zbmath.org/>
15. Nano Database <https://nano.nature.com/>
16. Springer eBooks: <https://link.springer.com/>
17. "Лекториум ТВ" <http://www.lektorium.tv/>
18. Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru>

#### **Информационные справочные системы:**

1. Консультант Плюс - справочная правовая система (доступ по локальной сети с компьютеров библиотеки)

#### **Ресурсы свободного доступа:**

1. Американская патентная база данных <http://www.uspto.gov/patft/>
2. Полные тексты канадских диссертаций <http://www.nlc-bnc.ca/thesescanada/>
3. КиберЛенинка (<http://cyberleninka.ru/>);
4. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://www.minobrnauki.gov.ru/>;

5. Федеральный портал "Российское образование" <http://www.edu.ru/>;
6. Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" <http://window.edu.ru/>;
7. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов <http://school-collection.edu.ru/> .
8. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (<http://fcior.edu.ru/>);
9. Проект Государственного института русского языка имени А.С. Пушкина "Образование на русском" <https://pushkininstitute.ru/>;
10. Справочно-информационный портал "Русский язык" <http://gramota.ru/>;
11. Служба тематических толковых словарей <http://www.glossary.ru/>;
12. Словари и энциклопедии <http://dic.academic.ru/>;
13. Образовательный портал "Учеба" <http://www.ucheba.com/>;
14. [Законопроект "Об образовании в Российской Федерации". Вопросы и ответы http://xn--273--84d1f.xn--p1ai/voprosy\\_i\\_otvety](http://xn--273--84d1f.xn--p1ai/voprosy_i_otvety)

### **Собственные электронные образовательные и информационные ресурсы КубГУ:**

1. Среда модульного динамического обучения <http://moodle.kubsu.ru>
2. База учебных планов, учебно-методических комплексов, публикаций и конференций <http://mschool.kubsu.ru/>
3. Библиотека информационных ресурсов кафедры информационных образовательных технологий <http://mschool.kubsu.ru;>
4. Электронный архив документов КубГУ <http://docspace.kubsu.ru/>
5. Электронные образовательные ресурсы кафедры информационных систем и технологий в образовании КубГУ и научно-методического журнала "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" <http://icdau.kubsu.ru/>

### **6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

При осуществлении учебной работы по освоению дисциплины «Культура здоровья: теория и методология исследования» применяются активные и интерактивные формы проведения занятий – интерактивные и проблемные лекции, опросы, регламентированные дискуссии, практические письменные работы / эссе; работа с публикациями в специализированных периодических изданиях. Успешное освоение материала курса предполагает самостоятельную работу студентов и руководство этой работой со стороны преподавателя. На самостоятельную работу студентов (бакалавров) по дисциплине «Культура здоровья: теория и методология исследования» отводится 59,8 ч. от общей трудоемкости курса для очной формы обучения. Сопровождение этой работы может быть организовано в следующих формах: 1. консультации (индивидуальные и групповые), в том числе с применением электронной информационно-образовательной среды; 2. промежуточный контроль хода выполнения заданий на основе различных способов взаимодействия в открытой информационной среде.

Содержание самостоятельной работы студента включает:

- изучение лекционного материала;
- самостоятельное изучение отдельных разделов и тем дисциплины (направлений, парадигм, концепций);
- работа с учебной и научной литературой;
- подготовка к семинарским занятиям;
- текущий самоконтроль усвоения материала;
- подготовка к зачету и т.п.

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная учебная работа (консультации) – дополнительное разъяснение учебного материала. Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и

установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья.

#### 7. Материально-техническое обеспечение по дисциплине (модулю)

№	Вид работ	Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) и оснащенность
1.	Лекционные занятия	Лекционная аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО) ауд. 249, 250, 246, 244
2.	Семинарские занятия	Специальное помещение, оснащенное презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук) и соответствующим программным обеспечением (ПО) ауд. 249, 250, 246, 244
3.	Лабораторные занятия	Не предусмотрены
4.	Курсовое проектирование	Не предусмотрены
5.	Групповые (индивидуальные) консультации	Аудитория для групповых консультаций ауд. 249, 250, 246, 244
6.	Текущий контроль, промежуточная аттестация	Аудитория для промежуточных консультаций ауд. 249, 250, 246, 244
7.	Самостоятельная работа	Кабинет для самостоятельной работы, оснащенный компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет», программой экранного увеличения и обеспеченный доступом в электронную информационно-образовательную среду университета. ауд. 249, 250, 246, 244, 257