

Документ подписан простой электронной подписью
Информация об владельце:
ФИО: Панарин Андрей Александрович
Должность: Ректор
Дата подписания: 08.05.2026 12:42:46
Уникальный программный ключ:
a5da3d9896e9d535380e3f9a7da4832154ef8302



Образовательная автономная некоммерческая организация высшего образования
«Московский психолого-социальный университет»
Лицензия № 1478 от 28 мая 2015 г., серия 90Л01 № 0008476 (бессрочная)
Свидетельство государственной аккредитации № 2783 от 07 марта 2018 года, серия 90А01 №0002920 (бессрочно)

Кафедра общей и специальной педагогики

УТВЕРЖДАЮ

Первый проректор
Замолоцких Е.Г.

«22» января 2026 г.

Рабочая программа дисциплины

Медико-биологические и социальные основы здоровья детей

Направление подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль)

История и организация воспитательной работы

Квалификация (степень)

Бакалавр

Форма обучения

Очная, заочная

Составитель программы:
Третьяков А.Л.

Москва
2026

Лист согласований

Рабочая программа дисциплины «Медико-биологические и социальные основы здоровья детей» по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профиль История и организация воспитательной работы разработана на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.08.2018 № 125, Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. № 544н (ред. от 05.08.2016) , и рекомендована к утверждению:

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры общей и специальной педагогики

протокол № 6 от «16» января 2026 г.

Заведующий кафедрой
общей и специальной педагогики

Ю.А. Лях

Согласовано:
Декан факультета
педагогического образования

Н.Н. Лисицына

СОДЕРЖАНИЕ

1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы, цели и задачи.....	4
2. Перечень планируемых результатов обучения, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	4
3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.....	5
3.1. Объем дисциплины по видам учебных занятий (в часах)	5
4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....	6
4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)	6
4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам).....	8
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.....	11
6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	13
7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	15
8. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	18
9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе комплект лицензионного программного обеспечения, электронно-библиотечные системы, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	19
9.1 Лицензионное программное обеспечение.....	19
9.2. Электронно-библиотечная система.....	19
9.3. Современные профессиональные баз данных.....	19
9.4. Информационные справочные системы.....	20
10. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	20
11. Лист регистрации изменений	21

1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы, цели и задачи

Рабочая программа дисциплины «Медико-биологические и социальные основы здоровья детей» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.08.2018 № 125 (редакция с изменениями 27.02.2023);

- приказом Минобрнауки России от 06.04.2021 № 245 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры»;

- учебными планами (очной и заочной форм обучения), составленными на основе Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профиль История и организация воспитательной работы.

Рабочая программа содержит обязательные для изучения темы по дисциплине «Медико-биологические и социальные основы здоровья детей».

Настоящая дисциплина включена в Обязательную часть Блока 1.Дисциплины (модули) Социально-гуманитарного цикла учебных планов по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), уровень бакалавриата.

Дисциплина изучается на 2 курсе в 3 семестре по очной форме обучения; на 5 курсе в 9 семестре по заочной форме обучения, форма контроля – экзамен.

Цель изучения дисциплины:

сформировать у обучающихся системные знания и практические навыки для сохранения и укрепления здоровья детей, а также для создания безопасной и здоровьесберегающей образовательной среды.

Задачи:

- Систематизированных знаний в области медико-биологических и социальных основ здоровья, целостных представлений о феномене здоровья детей.
- Понимания механизмов, нарушающих нормальное функционирование детского организма.
- Способности разрабатывать и применять здоровьесберегающие технологии в своей профессиональной деятельности.
- Готовности к организации мероприятий, направленных на укрепление здоровья ребенка и его физическое развитие

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:

ОПК-8 – Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

2. Перечень планируемых результатов обучения, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций, предусмотренных ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (уровень бакалавриата) и на основе Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. № 544н (ред. от 05.08.2016), соотнесённых с федеральным государственным образовательным стандартом по указанному направлению подготовки.

Код компетенции	Результаты освоения ООП (содержание компетенций)	Индикаторы достижения компетенций	Формы образовательной деятельности, способствующие формированию и развитию компетенции
ОПК-8	Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8.1. Осуществляет трансформацию специальных научных знаний в соответствии с психофизиологическими, возрастными, познавательными особенностями обучающихся, в т.ч. с особыми образовательными потребностями	<u>Контактная работа:</u> Лекции Практические занятия <u>Самостоятельная работа</u>
		ОПК-8.2. Владеет методами научно педагогического исследования в предметной области	
		ОПК-8.3. Владеет методами анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний в соответствии с предметной областью согласно освоенному профилю (профилям) подготовки	

3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы.

3.1 Объём дисциплины по видам учебных занятий (в часах)

Объём дисциплины	Всего часов	
	очная форма обучения	заочная форма обучения
Общая трудоемкость дисциплины	144	
в том числе, объем практической подготовки	32	6
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего)	70	12
Аудиторная работа (всего):	68	12
в том числе:		
Лекции	36	6
Практические занятия	32	6
Внеаудиторная работа (всего):		
в том числе:		
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	38	121
Предэкзаменационная консультация	2	2
Вид промежуточной аттестации обучающегося	36 экзамен	9 экзамен

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

4.1 Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах) для очной формы обучения

№ п/п	Разделы и/или темы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)					Самостоятельная работа	Контрольная работа	Курсовая работа	Вид оценочного средства текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации (по семестрам)
			ВСЕГО	в том числе, объем практической подготовки	Из них аудиторные занятия						
					Лекции	Лаборатор. практикум	Практическ.занятия / семинары				
	Тема 1. Здоровье как междисциплинарная категория	3	24		8		8	8			Устный опрос, Доклад

2.	Тема 2. Анатомо-физиологические и гигиенические основы	3	24		8		8	8		Устный опрос, Доклад, Презентация
3.	Тема 3. Понятие о болезни и группах здоровья	3	24		8		8	8		Устный опрос, Доклад, Презентация
4.	Тема 4. Гигиеническая организация режима дня	3	22		8		6	8		Устный опрос, Доклад, Презентация
5.	Тема 5. Оказание первой доврачебной помощи и педагогический контроль здоровья	3	12		4		2	6		Устный опрос, Доклад, Презентация
Всего:			70		36		32	38		Экзамен 2 + 36

для заочной формы обучения

№ п/п	Разделы и/или темы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)						Вид оценочного средства текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации (по семестрам)	
			ВСЕГО	Из них аудиторные занятия			Самостоятельная работа	Контрольная работа		Курсовая работа
				Лекции	Лаборатор. практикум	Практические занятия				
	Тема 1. Здоровье как междисциплинарная категория	9	28	2		2	24			Устный опрос, Доклад
2.	Тема 2. Анатомо-физиологические и гигиенические основы	9	28	2		2	24			Устный опрос, Доклад, Презентация
3.	Тема 3. Понятие о болезни и группах здоровья	9	26	1		1	24			Устный опрос, Доклад, Презентация
4.	Тема 4. Гигиеническая организация режима дня	9	26	1		1	24			Устный опрос, Доклад, Презентация

5.	Тема 5. Оказание первой доврачебной помощи и педагогический контроль здоровья	9	27	1		1	25		Устный опрос, Доклад, Презентация
Всего:			144	6		6	121		Экзамен 2 + 9

4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)

Тема 1. Здоровье как междисциплинарная категория

Содержание лекционного курса

Эволюция понятия «здоровье» и современные подходы. Исторические модели здоровья (сакральная, биомедицинская, биосоциальная). Определения ВОЗ: физическое, психическое, социальное благополучие, а не просто отсутствие болезней. Критика и дискуссии вокруг определения ВОЗ (проблема измеримости, утопичность). Компоненты здоровья: взаимосвязь и взаимовлияние. Физическое здоровье: соматическое и физическое развитие, функциональные резервы. Психическое здоровье: критерии (эмоциональная стабильность, адаптивность, гармония личности). Социальное здоровье: включенность в общество, социальные связи, качество жизни. Нравственно-духовный компонент (в ряде подходов). Междисциплинарный характер категории «здоровье». Взгляд на здоровье с позиций медицины (факторы риска, профилактика, донозологическая диагностика). Психология здоровья: субъективное благополучие, копинг-стратегии, саногенное мышление. Социология здоровья: социальные детерминанты (доход, образование, жилищные условия) и здоровье как социальный капитал. Педагогика здоровья: формирование здоровьесберегающей компетентности, воспитание культуры здоровья. Экономика и право: понятие ущерба от потери здоровья, правовые гарантии охраны здоровья детей. Факторы, определяющие здоровье (по ВОЗ и др.). Возрастные и половые особенности детей как модификаторы влияния факторов.

Содержание практических занятий

Анализ и сопоставление определений здоровья. Индикаторы и методы оценки здоровья детей. Междисциплинарный анализ конкретного случая (кейс-метод). Построение модели здоровья ребенка в образовательной организации.

Тема 2. Анатомо-физиологические и гигиенические основы

Содержание лекционного курса

Общие закономерности роста и развития детского организма. Понятие о росте и развитии. Основные этапы онтогенеза (пренатальный и постнатальный периоды). Критические периоды развития и их значение для здоровья ребенка. Возрастная периодизация. Физическая и паспортная (биологический и календарный) возраст. Современные схемы возрастной периодизации (новорожденность, грудной, ясельный, дошкольный, младший школьный, подростковый). Акселерация и ретардация. Современные тенденции физического развития детей и их возможные причины.

Анатомо-физиологические особенности систем организма. Функциональные возможности нервной системы, их связь с процессами обучения и воспитания. Строение и возрастные изменения, утомление и переутомление, гигиенические требования к организации учебной деятельности. Анатомо-физиологические особенности органа зрения и слуха, факторы риска и профилактика нарушений. Строение, рост и окостенение скелета, развитие мускулатуры и их влияние на формирование осанки. Развитие грудной клетки и легких, типы дыхания, профилактика заболеваний органов дыхания. Сердечно-сосудистая система, особенности пульса и давления у детей, реакция на физические нагрузки. Закаливание как средство тренировки сердечно-сосудистой системы.

Гигиенические основы образовательной среды. Требования к участку, зданию,

воздушно-тепловому режиму, освещению, мебели и оборудованию в детских образовательных учреждениях, современные санитарные правила и нормы (СанПиН). Понятие о режиме дня, гигиеническое и педагогическое значение его основных компонентов (сон, питание, прогулка, занятия). Влияние нарушений режима на здоровье и работоспособность.

Анатомо-физиологические особенности и гигиена других систем организма. Строение и функции органов пищеварения, особенности в раннем возрасте, профилактика желудочно-кишечных заболеваний. Заболевания обмена веществ, железы внутренней секреции и их роль в росте и развитии. Строение и функции кожи, особенности ухода, гигиена детской одежды и обуви. Выделительная система, особенности строения почек у детей, профилактика воспалительных заболеваний.

Содержание практических занятий

Анализ возрастной периодизации и критические периоды развития. Оценка физического развития детей (антропометрия). Гигиеническая оценка условий в образовательном учреждении. Анализ режима дня и профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата. Оказание первой помощи при острых состояниях. Базовый педиатрический уход и анализ заболеваемости. Гигиена питания и работа с родителями

Тема 3. Понятие о болезни и группах здоровья

Содержание лекционного курса

Болезнь как медико-биологическая и социальная категория. Определение болезни. Соотношение понятий «здоровье», «болезнь», «предболезнь» (донозологическое состояние). Стадии развития болезни: латентная, продромальная, разгара, исхода. Причины и механизмы развития болезней. Этиология (внешние и внутренние факторы). Патогенез: общие механизмы повреждения клеток, тканей и органов. Роль реактивности организма (возрастной, иммунной) в развитии болезни. Классификация болезней. Международная классификация болезней (МКБ-11): значение для учета, статистики и стандартизации. Группы болезней: инфекционные, соматические, наследственные, психические и др. Исходы болезней. Выздоровление (полное и неполное), хронизация, инвалидность, летальный исход. Рецидив, осложнение, ремиссия. Комплексная оценка состояния здоровья детей. Группы здоровья. Принципы комплексной оценки. Учет уровня физического развития, нервно-психического развития (для раннего возраста), функционального состояния организма, резистентности (частота острых заболеваний), наличия или отсутствия хронических болезней. Критерии распределения по группам здоровья. I группа – здоровые дети с нормальным развитием и высоким уровнем резистентности. II группа – здоровые, но с морфофункциональными отклонениями, сниженной резистентностью, реконвалесценты. III группа – дети с хроническими болезнями в стадии компенсации. IV группа – хронические болезни в стадии субкомпенсации. V группа – хронические болезни в стадии декомпенсации, инвалидность. Значение групп здоровья для педагогической практики. Допуск к физическим нагрузкам, участие в соревнованиях, необходимость индивидуального подхода, ограничения в питании и режиме дня. Взаимодействие педагога с медицинскими работниками. Часто болеющие дети (ЧБД) и дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Категория часто болеющих детей. Критерии отнесения (по возрасту и частоте эпизодов ОРЗ). Причины повышенной заболеваемости (функциональная незрелость иммунитета, условия среды, социальные факторы). Дети с хроническими заболеваниями и инвалидностью. Психолого-педагогические особенности. Понятие о нозологиях, наиболее часто встречающихся в детском возрасте (заболевания дыхательной, сердечно-сосудистой, эндокринной, нервной систем, опорно-двигательного аппарата, аллергопатология). Организация здоровьесберегающей образовательной среды для детей с разными группами здоровья. Щадящий режим, индивидуальные планы занятий, медико-педагогическое

сопровождение.

Содержание практических занятий

Дифференциальная диагностика состояний: норма – предболезнь – болезнь. Определение группы здоровья по заданным критериям. Анализ состава детского коллектива по группам здоровья (статистический практикум). Проектирование индивидуальной образовательной траектории для ребенка с особыми потребностями здоровья. Деловая игра «Медико-педагогический консилиум».

Тема 4. Гигиеническая организация режима дня

Содержание лекционного курса

Научные основы режима дня. Физиолого-гигиенические требования. Понятие и физиологическая сущность режима дня. Динамический стереотип и его роль в формировании адаптационных механизмов. Оптимальное чередование видов деятельности, сна и отдыха как основа профилактики переутомления. Биологические ритмы и их учет при построении режима. Понятие о циркадных ритмах (сон – бодрствование, работоспособность). Хронотипы детей («жаворонки», «совы», «голуби») и возможности их учета в детском саду / школе. Общие физиолого-гигиенические требования к режиму дня: соответствие возрастным особенностям высшей нервной деятельности; регулярность и постоянство; учет сезона (зима, лето) и типа учреждения (с круглосуточным пребыванием, санаторный); достаточная продолжительность сна, прогулок, перерывов между занятиями. Гигиеническая организация основных компонентов режима дня в ДОО и школе. Организация сна детей. Физиологическая норма продолжительности ночного и дневного сна для разных возрастов. Гигиенические условия для засыпания (проветривание, температура, освещение, постельные принадлежности). Профилактика нарушений сна (перевозбуждение перед сном, «ритуалы»). Организация бодрствования и познавательной деятельности. Гигиенические требования к непрерывной продолжительности занятий/уроков, динамическим паузам, физкультминуткам. Распределение нагрузки в течение дня и недели (умственная и физическая работоспособность). Гигиеническая оценка расписания уроков (шкала трудности предметов). Организация прогулок и двигательной активности. Значение прогулки для закаливания и профилактики гиподинамии. Требования к длительности прогулки (не менее 3–4 часов в день для дошкольников, 2–2,5 часов для школьников). Организация прогулки: структура (наблюдения, подвижные игры, труд) и сезонные особенности. Возрастные режимы дня и особенности построения режима в различных условиях. Примерные схемы режима дня для детей раннего, дошкольного и школьного возраста. Сравнительный анализ: количество приемов пищи, дневной сон, учебная нагрузка. Особенности режима дня в период адаптации к образовательному учреждению. Постепенное введение компонентов режима, щадящий вариант. Режим дня в условиях каникул, выходных дней и дистанционного обучения. Профилактика «синдрома учебной перегрузки» и нарушений режима в домашних условиях. Гигиенические рекомендации для родителей.

Содержание практических занятий

Анализ и оценка существующего режима дня (на примере конкретного учреждения). Составление режима дня для детей разного возраста (конструктор-проект). Гигиеническая оценка расписания учебных занятий в школе (практикум). Деловая игра «Родительское собрание: Как организовать режим дня ребенка дома». Решение ситуационных задач по профилактике нарушений режима.

Тема 5. Оказание первой доврачебной помощи и педагогический контроль здоровья

Содержание лекционного курса

Нормативно-правовые и организационные основы первой помощи в

образовательной организации. Оценка состояния пострадавшего. Сердечно-легочная реанимация (СЛР). Первая помощь при неотложных состояниях I (травмы, кровотечения, инородные тела. Первая помощь при неотложных состояниях II (потеря сознания, ожоги, аллергия). Психологическая поддержка. Профилактика стресса. Основы педагогического контроля в системе здоровьесбережения. Методы оценки физического развития и функционального состояния. Критерии и методы оценки психического и социального здоровья. Мониторинг утомления и работоспособности учащихся. Документационное обеспечение педагогического контроля.

Содержание практических занятий

Отработка вызова экстренных служб и алгоритма «Оценить – Решить – Действовать». Иммерсивный кейс-тренинг «Неотложка в школе/детском саду. Техника наложения повязок и остановки кровотечений.** Итоговое комплексное занятие «Станция спасения». Работа с центильными таблицами и проведение антропометрии. Оценка функциональных резервов организма (проба Руфье, ортостатическая проба). Наблюдение за признаками утомления школьников на уроке (видеоанализ). Анализ "Листа здоровья" и проектирование педагогической помощи. Проектная работа «Паспорт здоровья класса/группы

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа обучающихся при изучении курса «Медико-биологические и социальные основы здоровья детей» предполагает, в первую очередь, работу с основной и дополнительной литературой. Результатами этой работы становятся выступления на практических занятиях, участие в обсуждении.

Методика самостоятельной работы предварительно разъясняется преподавателем и в последующем может уточняться с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. Время и место самостоятельной работы выбираются обучающимися по своему усмотрению с учетом рекомендаций преподавателя.

Самостоятельную работу над дисциплиной следует начинать с изучения рабочей программы «Медико-биологические и социальные основы здоровья детей», которая содержит основные требования к знаниям, умениям и навыкам обучаемых. Обязательно следует вспомнить рекомендации преподавателя, данные в ходе установочных занятий. Затем – приступить к изучению отдельных разделов и тем в порядке, предусмотренном программой.

Получив представление об основном содержании раздела, темы, необходимо изучить материал с помощью учебников, указанных в разделе 6 указанной программы. Целесообразно составить краткий конспект или схему, отображающую смысл и связи основных понятий данного раздела и включенных в него тем. Затем, как показывает опыт, полезно изучить выдержки из первоисточников. При желании можно составить их краткий конспект. Обязательно следует записывать возникшие вопросы, на которые не удалось ответить самостоятельно.

Наименование темы	Вопросы, вынесенные на самостоятельное изучение	Формы самостоятельной работы	Учебно-методическое обеспечение	Форма контроля
Тема 1. Здоровье как междисциплинарная категория	Педагогика здоровья: формирование здоровьесберегающей компетентности,	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-	Литература к теме 1, работа с интернет источниками	Доклад

	воспитание культуры здоровья. Экономика и право: понятие ущерба от потери здоровья, правовые гарантии охраны здоровья детей. Факторы, определяющие здоровье (по ВОЗ и др.). Возрастные и половые особенности детей как модификаторы влияния факторов.	презентации.		
Тема 2. Анатомо-физиологические и гигиенические основы	Воспитания на протяжении жизни. Понятие о режиме дня, гигиеническое и педагогическое значение его основных компонентов (сон, питание, прогулка, занятия). Влияние нарушений режима на здоровье и работоспособность. Анатомо-физиологические особенности и гигиена других систем организма. Строение и функции органов пищеварения, особенности в раннем возрасте, профилактика желудочно-кишечных заболеваний.	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации	Литература к теме 2, работа с интернет источниками	Доклад
Тема 3. Понятие о болезни и группах здоровья	Дети с хроническими заболеваниями и инвалидностью. Психолого-педагогические особенности. Понятие о нозологиях,	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации	Литература к теме 3, работа с интернет источниками	Доклад

	наиболее часто встречающихся в детском возрасте (заболевания дыхательной, сердечно-сосудистой, эндокринной, нервной систем, опорно-двигательного аппарата, аллергопатология). Организация здоровьесберегающей образовательной среды для детей с разными группами здоровья. Щадящий режим, индивидуальные планы занятий, медико-педагогическое сопровождение.			
Тема 4. Гигиеническая организация режима дня	Сравнительный анализ: количество приемов пищи, дневной сон, учебная нагрузка. Особенности режима дня в период адаптации к образовательному учреждению. Постепенное введение компонентов режима, щадящий вариант. Режим дня в условиях каникул, выходных дней и дистанционного обучения. Профилактика «синдрома учебной перегрузки» и нарушений режима в домашних условиях. Гигиенические рекомендации для	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации	Литература к теме 4, работа с интернет источниками	Доклад

	родителей.			
Тема 5. Оказание первой доврачебной помощи и педагогический контроль здоровья	Профилактика стресса. Основы педагогического контроля в системе здоровьесбережения. Методы оценки физического развития и функционального состояния. Критерии и методы оценки психического и социального здоровья. Мониторинг утомления и работоспособности учащихся. Документационное обеспечение педагогического контроля.	Работа в библиотеке, включая ЭБС. Подготовка доклада-презентации	Литература к теме 5, работа с интернет источниками	Доклад

6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

а) основная учебная литература:

- Абек, Д. Болезни кожи у детей / Д. Абек, В. Бургдорф, Х. Кремер ; перевод В. П. Адаскевич. — Москва : Медицинская литература, 2026. — 157 с.
- Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний в разные возрастные периоды. Сохранение здоровья детей, обучающихся в школах : учебное пособие для СПО / Г. Ю. Порецкова, Г. В. Санталова, О. А. Седашкина, С. В. Плахотникова. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2025. — 117 с.
- Новикова В.П. Гигиена детей и подростков : учебно-методическое пособие / Новикова В.П.. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2026. — 47 с.
- Сохранение здоровья детей, обучающихся в школах: междисциплинарные аспекты : учебное пособие / Г.Ю. Порецкова [и др.]. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2025. — 120 с.

б) дополнительная учебная литература:

- Батюта, М. Б. Развитие восприятия и понимания произведений живописи у детей : монография / М. Б. Батюта ; под редакцией Л. Ф. Обуховой. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2026. — 102 с.
- Сестринская помощь при заболеваниях органов дыхания у детей : учебное пособие для ТиПО / А. Н. Байтуганова, Г. А. Жаксылыкова, Б. С. Құтыбаева, У. Ш. Салтабаева. — Алматы, Саратов : EDP Hub (Идипи Хаб), Профобразование, 2026. — 107 с.
- Титов, С. В. Основы вожатской деятельности. Методика организации воспитательной работы в детском лагере : учебно-методическое пособие / С. В. Титов. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2026. — 507 с.

- Тулякова О.В. Возрастная анатомия, физиология и гигиена. Исследование и оценка физического развития детей и подростков : учебное пособие / Тулякова О.В.. — 2-е изд. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 140 с.

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1	Педагогика: электронные версии журналов и газет https://yspu.org/%D0%9F%D0%B5%D0%B4%D0%
2	Научная электронная библиотека eLibrary.ru - Российский индекс научного цитирования (РИНЦ) Открытый портал информационных ресурсов (научных статей, сборников работ и монографий по различным направлениям наук) https://elibrary.ru/project_risc.asp
3	Электронные периодические издания педагогической тематики в открытом доступе http://www.niro.nnov.ru/?id=16854
4	База данных научных журналов на русском и английском языке ScienceDirect Открытый доступ к метаданным научных статей по различным направлениям наук Поиск рецензируемых журналов, статей, глав книг и контента открытого доступа http://www.sciencedirect.com/
5	Портал «Psychology-OnLine.Net» Новости психологической науки, психологической практики и психологического образования http://www.psychology-online.net/
6	Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/
7	Бесплатная электронная библиотека онлайн «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» http://window.edu.ru/
8	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов Научно-практические и методические материалы http://school-collection.edu.ru/
9	Научный журнал «Известия Российской академии образования» Практико-ориентированный журнал для педагогов, психологов и других специалистов системы образования https://mpsuinfo.ru/journals/2/izvestiya-rossiiskoi-akademii-obrazovaniya
10	Электронный ресурс «Психологическая лаборатория» Перечень психологических тестов http://vch.narod.ru/
11	Портал «Педагогический терминологический словарь» https://rus-pedagogical-dict.slovaronline.com/
12	Научно-методический журнал «Мир образования – образование в мире» https://mpsuinfo.ru/journals/3/mir-obrazovaniya-obrazovanie-v-mire
13	Портал «Психологические тесты и компьютерные программы развития способностей для образовательных учреждений и управления персоналом» http://www.Effecton.ru/
14	Научно-практический журнал «Новое в психолого-педагогических исследованиях. Теоретические и практические проблемы психологии и педагогики» https://mpsuinfo.ru/journals/5/novoe-v-psixologo-pedagogiceskix-issledovaniyax
15	Научно-методический журнал «Мир психологии» https://mpsuinfo.ru/journals/4/mir-psixologii
16	Научно-практический журнал «Актуальные проблемы психологического знания. Теоретические и практические проблемы психологии» https://mpsuinfo.ru/journals/1/aktualnye-problemy-psixologeskogo-znaniya

7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Вид деятельности	Методические указания по организации деятельности обучающегося
------------------	--

Лекция	В ходе лекций раскрываются основные вопросы в рамках рассматриваемых тем, делаются акценты на наиболее сложных и интересных положениях изучаемого материала, которые должны быть приняты обучающимися во внимание. Обучающиеся должны конспектировать материал лекций, т.е. кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Материалы лекций необходимо систематически прорабатывать: проверять термины, понятия с помощью энциклопедий, словарей, справочников. Необходимо выделить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Материалы лекций являются основой для подготовки обучающихся к практическим занятиям.
Практические занятия	Проработка рабочей программы, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом практических занятий, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы.
Устный опрос	Устный опрос регулярно проводится во время практических занятий с целью проверки базовых знаний обучающихся по изученным темам. Обучающимся предлагается ответить на ряд вопросов, касающихся основных терминов и понятий, концепций и фактов по материалу изученных тем. Ответы должны быть достаточно полными и содержательными. К устному опросу должны быть готовы все обучающиеся. В процессе подготовки к устному опросу необходимо систематически изучать обязательную литературу по темам дисциплины, повторять изученный материал, опираясь на конспекты лекций.
Самостоятельная работа	Самостоятельная работа проводится с целью: систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся; формирования умений использовать основную и дополнительную литературу; развития познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности, организованности; формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, совершенствованию и самоорганизации; формирования профессиональных компетенций; развитию практических умений обучающихся. Формы и виды самостоятельной работы обучающихся: чтение основной и дополнительной литературы – самостоятельное изучение материала по рекомендуемым литературным источникам; работа с библиотечным каталогом, самостоятельный подбор необходимой литературы; поиск необходимой информации в сети Интернет; подготовка к различным формам текущей и промежуточной аттестации (к

	зачету). Технология организации самостоятельной работы обучающихся включает использование информационных и материально-технических ресурсов образовательного учреждения: библиотеку с читальным залом, укомплектованную в соответствии с существующими нормами; учебно-методическую базу учебных кабинетов; компьютерные классы с возможностью работы в сети Интернет; основную и дополнительную литературу, разработанную с учетом увеличения доли самостоятельной работы обучающихся, и иные методические материалы. Перед выполнением обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы преподаватель проводит консультирование по выполнению задания, которое включает цель задания, его содержание, сроки выполнения, ориентировочный объем работы, основные требования к результатам работы, критерии оценки. Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами обучающихся в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений обучающихся. Формы контроля самостоятельной работы: просмотр и проверка выполнения самостоятельной работы преподавателем; рефлексия выполненного задания в группе; обсуждение результатов выполненной работы на занятии – предоставление обратной связи; проведение устного опроса.
Доклад	Доклад - это результат самостоятельной работы обучающегося, представляющий собою публичное выступление, в ходе которого автор раскрывает содержание темы, суть проблемы, которой посвящен доклад, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Содержание материала должно быть логичным, изложение материала носит проблемно-поисковый характер. Выбор темы доклада осуществляется обучающимся не менее чем за неделю до планируемого выступления. Тематика докладов доводится до сведения обучающихся ведущим преподавателем. При выборе темы доклада важно учитывать ее актуальность, соответствие содержанию изучаемой темы дисциплины, научную разработанность, возможность обращения к необходимым источникам для изучения темы доклада, личный интерес к данной теме. Примерные этапы работы над докладом таковы: формулирование темы, подбор и изучение основных источников по теме; составление библиографии; систематизация информации; разработка плана; написание доклада; публичное выступление. При подготовке доклада необходимо использовать не только обязательную литературу, но и дополнительные источники. Доклад может сопровождаться слайд-презентацией. Выступающему, по окончании представления доклада, могут

	быть заданы вопросы по теме выступления.
Опрос	Устный опрос по основной терминологии может проводиться в процессе практического занятия в течение 15-20 мин. Позволяет оценить полноту знаний контролируемого материала.
Подготовка к экзамену	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на рекомендуемую литературу и др. Основное в подготовке к сдаче экзамена по дисциплине «Медико-биологические и социальные основы здоровья детей» - это повторение всего материала дисциплины, по которому необходимо сдавать промежуточную аттестацию. При подготовке к сдаче экзамена обучающийся весь объем работы должен распределять равномерно по дням, отведенным для подготовки к экзамену, контролировать каждый день выполнение намеченной работы. Подготовка обучающегося к экзамену включает в себя три этапа: самостоятельная работа в течение семестра; непосредственная подготовка в дни, предшествующие экзамену по темам курса; подготовка к ответу на задания, содержащиеся в вопросах экзамена. Экзамен проводится по вопросам, охватывающим весь пройденный материал дисциплины, включая вопросы, отведенные для самостоятельного изучения. Для успешной сдачи экзамена по дисциплине «Медико-биологические и социальные основы здоровья детей» обучающиеся должны принимать во внимание, что: все основные вопросы, указанные в рабочей программе, нужно знать, понимать их смысл и уметь его разъяснить; указанные в рабочей программе формируемые профессиональные компетенции в результате освоения дисциплины должны быть продемонстрированы обучающимся; практические занятия способствуют получению более высокого уровня знаний и, как следствие, более высокой оценке на зачете; готовиться к промежуточной аттестации необходимо начинать с первого практического занятия.

8. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине «Медико-биологические и социальные основы здоровья детей» необходимо использование следующих помещений:

Учебная аудитория для проведения учебных занятий, практических занятий, проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (аудитория 205) Оснащение: Стол преподавателя – 1 шт. Стул преподавателя – 1 шт.	115191, г. Москва, вн.тер.г. муниципальный округ Даниловский, проезд 4-й Рощинский, д. 9А, 2-ой этаж, учебный кабинет №205, 48.2 м², помещение №47
--	--

Персональный компьютер с периферией и выходом в интернет (лицензионное программное обеспечение, образовательный контент, система защиты от вредоносной информации, автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС) – 1 шт. Экран – 1 шт. Колонки – 2 шт. Учебная доска – 1 шт. Стол ученический – 13 шт. Стул ученический – 26 шт. Шкаф закрытый для хранения учебного оборудования – 7 шт. Настенные учебные пособия – 15 шт.	
Помещение для самостоятельной работы с возможностью подключения к Интернету и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду (аудитория 304) Оснащение: Экран большого размера – 1 шт. Персональный компьютер с периферией и выходом в интернет (лицензионное программное обеспечение, образовательный контент, система защиты от вредоносной информации, автоматизированная информационно-библиотечная система (АИБС) – 16 шт. Трибуна – 1 шт. Стол ученический одноместный – 16 шт. Стол ученический – 11 шт. Стул ученический – 40 шт. Шкаф закрытый для хранения учебного оборудования – 1 шт. Меловая доска – 1 шт.	115191, г. Москва, вн.тер.г. муниципальный округ Даниловский, проезд 4-й Рощинский, д. 9А, 3-ий этаж, учебный кабинет №304, 48.8 м², помещение №61

9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе комплект лицензионного программного обеспечения, электронно-библиотечные системы, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Обучающиеся обеспечены доступом к электронной информационно-образовательной среде Университета из любой точки, в которой имеется доступ к сети «Интернет», как на территории организации, так и вне ее.

9.1 Лицензионное программное обеспечение:

- Операционная система Microsoft Windows XP Professional Russian — OEM-лицензии (поставляются в составе готового компьютера);
- Операционная система Microsoft Windows 7 Professional — OEM-лицензии (поставляются в составе готового компьютера);
- Программный пакет Microsoft Office 2010 Professional — лицензия № 49261732 от 04.11.2011
- Комплексная система антивирусной защиты DrWEB Entrprise Suite — лицензия № 126408928
- Программный комплекс «УМК-психология» — лицензионный договор № 28-03 от

28.01.2013

- Программный комплекс SciLab — свободная лицензия CeCILL

9.2. Электронно-библиотечная система:

Электронная библиотечная система (ЭБС): <http://www.iprbookshop.ru/>

9.3. Современные профессиональные базы данных:

- Официальный интернет-портал базы данных правовой информации <http://pravo.gov.ru>.
- Портал Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>
- Электронная библиотечная система «IPRbooks»: <http://www.iprbookshop.ru/>
- Научная электронная библиотека <http://www.elibrary.ru/>
- Национальная электронная библиотека <http://www.nns.ru/>
- Электронные ресурсы Российской государственной библиотеки <http://www.rsl.ru/ru/root3489/all>
- Электронный ресурс журналов:
- «Вопросы психологии»: <http://www.voppsy.ru/frame25.htm>
- «Психологические исследования»: <http://www.psystudy.com>
- «Известия Российской академии образования» <https://mpsuinfo.ru/journals/2/izvestiya-rossiiskoi-akademii-obrazovaniya>
- «Мир образования – образование в мире» <https://mpsuinfo.ru/journals/3/mir-obrazovaniya-obrazovanie-v-mire>
- «Новое в психолого-педагогических исследованиях. Теоретические и практические проблемы психологии и педагогики» <https://mpsuinfo.ru/journals/5/novoe-v-psixologo-pedagogiceskix-issledovaniyax>
- «Мир психологии» <https://mpsuinfo.ru/journals/4/mir-psixologii>
- «Актуальные проблемы психологического знания. Теоретические и практические проблемы психологии» <https://mpsuinfo.ru/journals/1/aktualnye-problemy-psixologiceskogo-znaniya>

9.4. Информационные справочные системы:

- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>.
- Компьютерная справочная правовая система «Консультант Плюс» <http://www.consultant.ru/>
- Информационно-правовой портал «Гарант» <https://www.garant.ru/>

10. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Для обеспечения образования инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по личному заявлению обучающегося разрабатывается адаптированная образовательная программа, индивидуальный учебный план с учетом особенностей их психофизического развития и состояния здоровья, в частности применяется индивидуальный подход к освоению дисциплины, индивидуальные задания: рефераты, письменные работы и, наоборот, только устные ответы и диалоги, индивидуальные консультации, использование диктофона и других записывающих средств для воспроизведения лекционного и семинарского материала.

В целях обеспечения обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными

возможностями здоровья библиотека комплектует фонд основной учебной литературой, адаптированной к ограничению их здоровья, предоставляет возможность удаленного использования электронных образовательных ресурсов, доступ к которым организован в ОАНО ВО «МПСУ». В библиотеке проводятся индивидуальные консультации для данной категории пользователей, оказывается помощь в регистрации и использовании сетевых и локальных электронных образовательных ресурсов, предоставляются места в читальном зале, оборудованные программами невидимого доступа к информации, экранными увеличителями и техническими средствами усиления остаточного зрения: Microsoft Windows 7, Центр специальных возможностей, Экранная лупа; Microsoft Windows 7, Центр специальных возможностей, Экранный диктор; Microsoft Windows 7, Центр специальных возможностей, Экранная клавиатура; экранная лупа OneLoupe.

11.Лист регистрации изменений

Рабочая программа учебной дисциплины обсуждена и утверждена на заседании Ученого совета от 26 января 2026 г. протокол № 5

Лист регистрации изменений

№ п/ п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменени я