бюджетное профессиональное образовательное учреждение

Вологодской области «Вологодский колледж технологии и дизайна»

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора

БПОУ ВО «Вологодский

колледж технологии и дизайна»

от 31.05. 2024 № 525

**Методические рекомендации**

**по проведению практических занятий**

**по учебной дисциплине**

**ОП.04 Основы валеологии и социальной работы**

Специальность 39.02.01 Социальная работа

Вологда

2024

Методические рекомендации составлены в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования и рабочей программой учебной дисциплины ОП.04 Основы валеологии и социальной работы.

Организация-разработчик:

бюджетное профессиональное образовательное учреждение Вологодской области «Вологодский колледж технологии и дизайна».

Разработчик: Вязникова И.П., преподаватель БПОУ ВО «Вологодский колледж технологии и дизайна».

Рассмотрена и рекомендована к использованию в учебном процессе   
предметной цикловой комиссией общеобразовательных учебных дисциплин, Протокол № 11 от 28.05.2024

**Содержание**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Раздел | Страницы |
| 1 | Пояснительная записка | 4 |
| 2 | Результаты освоения дисциплины (компетенции) | 7 |
| 3 | Содержание практических занятий по учебной дисциплине | 10 |
| 4 | Критерии оценки результатов практической работы студентов | 28 |
| 5 | Список рекомендуемых литературных источников | 30 |

**Пояснительная записка**

Настоящие методические рекомендации по выполнению практических занятий по дисциплине ОП.04 Основы валеологии и социальной работы по специальности 39.02.01 Социальная работа разработаны на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 39.02.01 Социальная работа (далее – ФГОС СПО) и согласно рабочей программы дисциплины.

Образовательная программа, реализуемая на базе основного общего образования, разрабатывается образовательной организацией на основе требований федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования и ФГОС СПО с учетом получаемой специальности и настоящей рабочей программы.

Цели учебной дисциплины являются ее освоение в полном объеме, приобретение профессиональных умений.

При разработке образовательной программы организация устанавливает направленность, которая соответствует специальности в целом.

Получение образования по специальности допускается только в профессиональной образовательной организации или образовательной организации высшего образования.

Формы обучения: очная*.*

Особое значение учебная дисциплина имеет при формировании ОК.01, ОК.08, ПК.1.3, ПК.1.4, ПК.1.5.

**Практические занятия** - одна из важнейших форм контроля самостоятельной работой обучающихся над учебным материалом, качеством его усвоения. Готовясь к практическим занятиям, обучающиеся должны изучить рекомендованную литературу: первоисточники, соответствующие разделы учебников, учебных пособий, конспекты лекций и т.д.

**Цель практических занятий –** формирование практических умений: выполнение определённых действий, операций, необходимых в последующей профессиональной или учебной деятельности. В связи с этим содержанием практических занятий является решение задач, выполнение вычислений, расчётов, работа с литературой, работа с лекциями, справочниками, инструкциями. Выполнению практических занятий может предшествовать проверка знаний обучающихся, их теоретической готовности к выполнению заданий.

**Формы** организации деятельности обучающихся на практических занятиях - групповая.

**Структура и содержание** практического занятия включает в себя следующие элементы:

* тема занятия;
* цель работы;
* описание хода работы;
* примеры выполнения заданий по теме (при необходимости),
* контрольные вопросы.
* оценка результатов работы - оценки за выполнение заданий на практических занятиях выставляются по пятибалльной системе или в форме зачёта и учитываются как показатели текущей успеваемости обучающихся.

Для того, чтобы практические занятия приносили максимальную пользу, необходимо помнить, что упражнение и решение задач проводятся по освоенному на лекциях материалу и связаны, как правило, с детальным разбором отдельных вопросов лекционного курса. Следует подчеркнуть, что только после усвоения лекционного материала он будет закрепляться на практических занятиях как в результате обсуждения и анализа лекционного материала, так и с помощью решения проблемных ситуаций, задач, примеров, составления алгоритмов действий и т.п.

**Алгоритм самостоятельной подготовки к практическому занятию:**

1. Ознакомьтесь с темой практического занятия, его целями и задачами.
2. Изучите перечень знаний и умений, которыми Вы должны

овладеть в ходе практического занятия.

1. Ознакомьтесь со списком рекомендуемой основной и дополнительной литературы и источников и подготовьте их для работы.
2. Изучите рекомендации к практической работе, разработанные

преподавателем, и получите консультацию.

1. Прочитайте лекционный материал по теме занятия в своем

конспекте, стараясь акцентировать внимание на основных понятиях, важных определениях.

1. Почитайте материал, касающийся темы практического занятия не менее чем в двух-трех рекомендованных источниках.
2. Ответьте на контрольные вопросы в учебнике или на вопросы для самопроверки в методических указаниях к практической работе.
3. Если по ходу выполнения практической работы потребуется выполнять расчеты, выпишите формулы, найдите недостающие данные в справочных таблицах или другой литературе.
4. Ознакомьтесь с формой отчета по практической работе и сделайте черновик-заготовку отчета.
5. Внимательно прочитайте правила техники безопасности при выполнении практической работы.
6. Сформулируйте свои вопросы и проблемы, желательные для обсуждения на занятии.
7. **Результаты освоения дисциплины (компетенции)**

В результате освоения образовательной программы у выпускника должны быть сформированы следующие общие и профессиональные компетенции.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код и наименование формируемых компетенций | Умения | Знания |
| ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;  ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;  ПК 1.3, ПК 1.4, ПК 1.5 | распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;  составить план действия; определить необходимые ресурсы;  владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника);  использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности;  установления контактов с социальным окружением гражданина с целью уточнения условий его жизнедеятельности гражданина при предоставлении социальных услуг, указанных в индивидуальной программе предоставления социальных услуг; использования оптимального сочетания различных технологий социальной работы в процессе предоставления социальных услуг, определенных индивидуальной программой предоставления социальных услуг; организации проведения индивидуальных профилактических мероприятий с гражданами по месту жительства (фактического пребывания) в виде консультаций, содействия в организации занятости, оздоровления, отдыха, предоставления социальных, правовых, медицинских, образовательных, психологических, реабилитационных услуг. | актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;  роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения; социокультурные, социально-психологические, психолого-педагогические основы межличностного взаимодействия; мотивационные технологии в социальной работе и технологии активизации личностных ресурсов и ресурсов социального окружения;  алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности; понятие медицинской профилактики; профилактика заболеваний первичная, вторичная и третичная; профилактика заболеваний индивидуальная и общественная; роль социального работника в профилактике заболеваний;  понятие образа жизни; основные формы деятельности, составляющие образ жизни; понятия «стиль жизни», «качества жизни», «уровень жизни»; категории «болезнь» и «здоровье», их социальная обусловленность; факторы, определяющие здоровье (образ жизни, наследственность, состояние окружающей среды); понятие медико-социальной помощи и медико-социальной работы; задачи и основные принципы отечественного здравоохранения; государственную, муниципальную, частную системы здравоохранения; права граждан при получении медицинской помощи. Виды бесплатной медицинской помощи; бесплатное и льготное обеспечение лекарственными средствами;  лечебно-профилактические учреждения и организация их работы; специализированную лечебно-профилактическая помощь населению, диспансеры; медико-социальную помощь больным туберкулезом, сердечно-сосудистыми, онкологическими заболеваниями; медико-социальную помощь больным психическими заболеваниями;  понятие медико-социального патронажа;  цели, задачи и объекты медико-социального патронажа; правила и порядок составления договора социального патронажа; первичную медико-социальную помощь в отечественных системах здравоохранения;  регламенты экспертизы временной и стойкой нетрудоспособности; формы и технологии медико-социальной реабилитации; основы валеологии и здорового образа жизни; биоэнергетика человека; основы рационального питания. |

О проведении практической работы обучающимся сообщается заблаговременно: когда предстоит Практическое занятие, какие вопросы нужно повторить, чтобы ее выполнить. Просматриваются задания, оговаривается ее объем и время выполнения. Критерии оценки сообщаются перед выполнением каждой практической работы.

Перед выполнением практической работы повторяются правила техники безопасности.

1. **Содержание практических занятий**

Темы практических занятий согласно рабочей программе

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Название темы практического занятия | Количество часов |
| 1 | **Практическое занятие 1.** Расчет показателей здоровья населения | 2 |
| 2 | **Практическое занятие 2.** Составление профилактических программ. | 2 |
| 3 | **Практическое занятие 3.** Составление рекомендаций по оптимизации питания. Расчёт калорийности пищевого рациона. | 2 |
| 4 | **Практическое занятие 4.** Организация и проведение мероприятий по профилактике табакокурения. | 2 |
| 5 | **Практическое занятие 5.** Сбор и анализ информации о здоровье клиента. | 2 |
| 6 | **Практическое занятие 6.** Разработка мероприятий социальной реабилитации в индивидуальной программе реабилитации инвалида. | 2 |
| 7 | **Практическое занятие 7.** Составление индивидуальных рекомендаций по здоровому образу жизни. | 2 |
| 8 | **Практическое занятие 8.** Адаптивная физическая культура как метод медико-социальной реабилитации и укрепления здоровья. | 2 |
|  | **Всего часов** | **16** |

**Содержание практических занятий**

**Практическое занятие 1.** Расчет показателей здоровья населения

При разборе материала используются результаты самостоятельной работы студентов (составление сообщения с презентациями). Студенты делают сообщения, идет совместное обсуждение группы и преподавателя.

Темы сообщений:

- Демографическая ситуация в Росси за последние 5 лет

- Значение внешней и внутренней миграции населения нашей страны

- Особенности демографической политики правительства России

- Демографическая ситуация в мире.

- Статистические прогнозы демографической ситуации в мире, их значение.

- Демографическая ситуация в Вологодской области за последние 5 лет.

- Акселерация подростков, как современная проблема.

Затем студенты выполняют тест- эталонный контроль по вариантам, для контроля закрепленного материала с проведением взаимопроверки и обсуждения ошибок.

Первая задача будет дана на расчет демографических показателей (смертность, рождаемость, естественный прирост, структуру смертности по заболеваниям и анализ полученных данных. После решения малые группы обмениваются результатами для взаимоконтроля и взаимооценки, преподаватель осуществляет контроль.

На втором этапе самостоятельной работы студентов на основе клинической ситуации необходимо определить группу здоровья взрослого человека и дать пояснение, почему. Работа также ведется малыми группами 2-3 человека. Решение представляется на общее обсуждение под контролем преподавателя. Оценку проводит преподаватель.

На третьем этапе самостоятельной работы студентов на основе клинической ситуации необходимо дать оценку физического и психического развития детей различного возраста воспользовавшись необходимыми материала и проведя необходимые обследования, а также дать пояснения результатов.*Самостоятельная работа студентов.*

Студенты делятся малыми группами по 2-3 человека и решают задачу, затем группы обмениваются результатами решения для взаимопроверки. Задачи позволят овладеть методикой расчета демографических формул, их сравнительным анализом.

**Задача № 1.**В городе N в 2004 году численность населения составила 2 000 000 человек, а в 2003 году – 1 990 000.

В 2004 году родилось живыми 46 100 детей, а в 2003году- 43 200 детей. Среди всего населения в 2004 году умерло от различных причин - 34 200 человек, в том числе от болезней системы кровообращения - 11 800, от новообразований - 6 900, от травм и отравлений - 7 400, от болезней органов дыхания - 5 950, от прочих причин - 2 150. А в 2003 всего умерло от разных причин – 33 900 человек

**Задача № 2.**В городе N в 2004 году численность населения составила 2 750 000 человек, а в 2003 году – 2 660 000.

В 2004 году родилось живыми 41 120 детей, а в 2003 году- 40 010 детей. Среди всего населения в 2004 году умерло от различных причин - 35 280 человек, в том числе от болезней системы кровообращения - 12 000, от новообразований - 7 000, от травм и отравлений - 8 000, от болезней органов дыхания - 6 300, от прочих причин - 1 980. А в 2003 всего умерло от разных причин – 34 700 человек

**Задача № 3.**В городе N в 2004 году численность населения составила 3 200 000 человек, а в 2003 году – 3 050 000.

В 2004 году родилось живыми 42 100 детей, а в 2003 году- 41 050 детей. Среди всего населения в 2004 году умерло от различных причин - 35 280 человек, в том числе от болезней системы кровообращения - 11 000, от новообразований - 6 000, от травм и отравлений - 8 000, от болезней органов дыхания - 6 300, от прочих причин - 3 980.

А в 2003 всего умерло от разных причин – 34 300 человек.

**Задача № 4.**В городе N в 2004 году численность населения составила 3 460 000 человек, а в 2003 году – 2 860 000.

В 2004 году родилось живыми 39 150 детей, а в 2003 году- 40 950 детей. Среди всего населения в 2004 году умерло от различных причин - 32 200 человек, в том числе от болезней системы кровообращения - 12 500, от новообразований - 6 060, от травм и отравлений - 8 050, от болезней органов дыхания - 4 320, от прочих причин - 1 270.

Страдало болезнями системы кровообращения - 446 000 человек.

А в 2003 всего умерло от разных причин – 33 100 человек.

**Задача № 5.**В городе N в 2004 году численность населения составила 2 450 000 человек, а в 2003 году – 2 220 000.

В 2004 году родилось живыми 140 012 детей, а в 2003 году- 120 010 детей.

Среди всего населения в 2004 году умерло от различных причин - 135 300 человек, в том числе от болезней системы кровообращения - 53 000, от новообразований - 17 000, от травм и отравлений - 18 000, от болезней органов дыхания - 16 300, от прочих причин - 31 000.

А в 2003 всего умерло от разных причин – 134 800 человек.

**Практическое занятие 2.** Составление профилактических программ.

**Практическое занятие 3.** Составление рекомендаций по оптимизации питания. Расчёт калорийности пищевого рациона.

Теоретическая часть

**Рациональное питание** – своевременное и правильно организованное обеспечение организма оптимальным количеством пищи, включающей энергию и пищевые вещества в необходимом количестве и в правильном соотношении.

Существует 4 принципа рационального питания:

1. С пищей должно поступать столько энергии, сколько организм расходует на все процессы жизнедеятельности.

2. Пища должна содержать пищевые вещества в достаточном кол-ве и определенном соотношении.

3. Необходимо соблюдать режим питания.

4. Пища должна быть обработана соответствующим образом с целью сохранения пищевой ценности.

***Принципы составления суточного рациона питания*.**

Продукты животного происхождения следует планировать на первую половину дня, молочно-растительные – на вторую.

Жиры необходимы такие, которые обеспечат организм жирорастворимыми витаминами, жирными кислотами - сливочное, растительное масло, сметана, молоко. Энергетическая ценность суточного рациона должна обеспечиваться в основном углеводами растительной пищи.

В меню завтрака включают блюда, содержащие мясо, рыбу, крупы, овощи, жиры. Его можно делать дробленым (1 и 2 завтрак), уменьшая объем пищи и улучшая ее усвоение. В завтрак обязательно должны входить горячие напитки, улучшающие секрецию желудочного сока.

На обед рекомендуют овощные или острые закуски, возбуждающие аппетит, супы, блюда из мяса, рыбы, круп, макаронные изделий. Завершать обед следует сладкими блюдами (кисель, желе, мусс), которые уменьшают выделение пищеварительных соков и дают ощущение сытости.

На полдник и ужин подают легкоперевариваемые молочно-растительные блюда (каши, пудинги, салаты, запеканки). При составлении меню необходимо учитывать время года.

Ход работы: 1. Составьте меню для себя на 1 день, рассчитайте его калорийность, результаты оформите в виде таблицы:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Приём пищи | Наименование блюда | Масса блюда | Калорийность блюда | Калорийность приёма пищи |
| Завтрак | 1.  2.  3. |  |  |  |
| Обед | 1.  2.  3.  4.  5. |  |  |  |
| Полдник | 1.  2.  3. |  |  |  |
| Ужин | 1.  2.  3.  4. |  |  |  |

Учитывайте свой режим питания (возможно 1-й завтрак, 2-й завтрак, но без полдника или завтрак, обед, ужин). Рекомендуемое распределение суточной энергетической ценности рациона при 3-х разовом питании: завтрак – 30% суточной энергетической ценности, обед – 45%, ужин – 25%.

|  |
| --- |
|  |

2. Рассчитайте калорийность Вашего меню за сутки.

3.Сделайте вывод.

**Практическое занятие 4.** Организация и проведение мероприятий по профилактике табакокурения.

Факты о курении

В России каждый курильщик за каждые 10 лет курения «прокуривает» одну машину среднего класса.  Это, например,  Mazda6, Ford Focus, Chevrolet Lacetti, Skoda Octavia, Audi A4.

Что дает отказ от курения:

- Избавление от ежедневной интоксикации организма.

- Многократное уменьшение риска развития рака легкого, болезней сердца и сосудов.

- Каждый год Вы значительно реже будете болеть гриппом и другими простудными заболеваниями.

- Вы избавляетесь от неприятного запаха изо рта, от волос, одежды, дома и в машине.

- Вы без одышки поднимаетесь по лестнице.

- Вы сохраняете деньги на другие расходы.

- Вы спасаете своих детей от заболеваний органов дыхания.

- У Вас заметно меньше и позже образуются морщины на лице.

- Вы избавляетесь от утреннего кашля.

- Вы значительно уменьшаете шанс стать инвалидом и сократить свою жизнь на 10-20 лет.

- Вы получаете контроль над своей жизнью.

Во вредных выхлопных [газах автомобиля](http://click01.begun.ru/click.jsp?url=Wa8reAUWFxbIf93xI19UUTKamKg1eA*pxSOGR5ONYkXC1tW*kN-bL9TZrhmWMxa2f*itQ5BR2zTpW2fT436eSCdwxWZ884JtncXk*i8vOI9*PCgwYfoxGjLPJghCKFiDAyNKvDijadT65EDG4GKCYOKDQHJS22E7*ukaFWPEiwq1Ux42WRpf*hdqAbX4ltGd5*3D91ofQKvvq3b9zElUBWGiLcqhCIc5ktMZR6GDUcoOJz5wasBdRvhC69RNkE58s3sk0O0Oqw9*y8YIbCzYUx1XdWAf8ykTI0UFBqlCaxDxdxPIeiulGWh*PR7cbo9EZGahGlEIRB4wHclr5VRDr04QSVF14UtfxIihgt-kgdNRLRp94WBs7t92-GP1CpPq3O7V0ZPeJ4ZQsc4pQKs89OK1DJn4CIa6L1A9ch9DZraVaI2uYfCLnK287BJ0IM*bzy9V63*JgoYfzgCN4cGAfs4slQy0y1iQ8DvimmYLAe*d-HROfjPFxIpAmi1aBeWrCkj9NKW4LDh2h2vTxIokavULZP25YRCiagp*3wdXUf8f85hILuetVBOacw0M7vdTvmFmTWBYQ695it5GkPvItQZjqySxCQx5Ufb6-W2gBOWs5sToIO4z4j3PxYbFTQbUEs2ez8fuO8THrEqAKU80DpgrwvywOFWbIWCwhYnOY54rXeUYN8kFg3xY4LhY73gvKzOQf0BTwr5TwXoBL04pBzzEaMOGOS1PJEwtU6kql7GEgOhGVgSUF46mUtkQlPuXonKhuyFb4C8su967E27R6AEHMN8ovsXLwtwR9g&eurl%5B%5D=Wa8reN3c3dzYloHmwbNorfq*6oWwr8UyTgZWk0JxndAQ2yvI) содержится около тысячи вредных соединений и химических веществ. Это в четыре раза меньше числа вредных веществ в одной небольшой сигарете. Таким образом, курение можно вполне законно приравнять к вдыханию выхлопного дыма. Причем с повышающим коэффициентом – минута курения равна четырем минутам ингаляций через выхлопную трубу.

Пагубное воздействие курения затрагивает абсолютно все органы человеческого организма. Смертельную дозу никотина можно получить, выкурив всего двадцать сигарет сразу. А для подростков это число – в два раза меньше!

[Болезни курильщиков](http://sigaretastop.ru/bolezni-kurilshhikov.html)

**Мозговой штурм.**

Попросите участников привести примеры, когда их просили или принуждали закурить, выпить, попробовать наркотики.

Задайте вопросы:

1.                  Кто предлагал ( взрослые, сверстники, знакомые, незнакомые люди)?

2.                  Какую цель преследовал предлагающий?

3.                  Удалось ли отказаться?

4.                  Кому труднее всего отказывать в просьбе?

5.                  Чьему давлению тяжелее сопротивляться?

Выслушайте ответы.

Скажите, что человек может оказаться в сложной жизненной ситуации или переживать неприятные чувства, потому что не смог противостоять давлению окружающих, особенно, если это были старшие по возрасту или авторитетные люди.

Попросите назвать причины, по которым бывает трудно отказывать в просьбе или не делать того, чего не хочется.

Выслушайте ответы и выпишите их на доску.

Скажите, что существует много причин, по которым человек соглашается делать то, что ему не хочется. А именно: не хотят оказаться изгоем, быть высмеянным, бояться обидеть, казаться грубым, быть не таким как все и др.

Подчеркните, что существует много способов отказаться делать то, что тебе делать не хочется или ты считаешь вредным для себя.

**Мини – лекция.**

Повесьте плакат «Правила уверенного отказа». Прочитайте эти правила вместе с участниками и обсудите их:

*1.*      *если хотите в чем – либо отказать человеку, четко и однозначно скажите ему «НЕТ». Объясните причину отказа, но не извиняйтесь слишком долго.*

*2.*      *отвечайте без паузы – так быстро, как только это вообще возможно.*

*3.*      *настаивайте на том, чтобы с вами говорили честно и откровенно.*

*4.*      *попросите объяснить, почему вас просят сделать то, чего вы делать не хотите.*

*5.*      *смотрите на человека, с которым говорите. Наблюдайте, есть ли в его поведении какие – либо признаки неуверенности к себе. Следите за его позой, жестами, мимикой (дрожащие руки, бегающие глаза, дрожащий голос и т.д.).*

*6.*      *не оскорбляйте и не будьте агрессивными.*

***Ролевая игра.*** Объедините участников в 4 группы. Раздайте каждой группе карточки с приемами предложения ПАВ и со способами отказа. Каждый участник группы по очереди вытягивает карточки с одним из приемов, читает его вслух. Затем предлагает соседу справа , прочитать ответ. Каждому приему предложения ПАВ соответствует два  ответа с отказом.

Примеры предложения ПАВ и способы отказа:

Привет! Присоединяйся к нашей компании. У нас есть кое – что выпить.

*Да ну! Сейчас по телевизору начинается классный фильм, пойдем лучше посмотрим;*

*Нет, спасибо, мне сейчас нужно идти на тренировку (на встречу, на занятия).*

Давай покурим. Чего ты боишься? Сейчас только младенцы не курят. Ты что салага?

*Нет, не хочу. Кстати, большинство людей как раз не курят;*

*Нет, спасибо. Мне совсем не нравится запах табака. Меня от него просто тошнит.*

Пойдем со мной в гости. Ребята обещали принести наркотики. В жизни надо попробовать все. Не упрямься.

*Нет, это не по мне. Плохое место. Я не хочу, чтобы обо мне говорили, что я наркоман;*

*Ты шутишь! Такие эксперименты всегда заканчиваются плохо. Я хочу оставаться здоровым.*

Хочешь выпить?

*Нет, спасибо, от вина люди перестают соображать и совершают глупые поступки;*

*Нет, спасибо, от вина у меня болит голова.*

Предложите группам продемонстрировать понравившиеся способы отказа от предложения ПАВ. Поблагодарите их за представление.

Важно довести до участников понимания того, что давление пить, курить, употреблять наркотики может быть преодолено с использованием навыков неагрессивного отказа, которые помогут отстаивать свои интересы и права, открыто и честно выражать свои чувства, не нарушая прав и интересов других людей.

Подведите итог занятию, обратив внимание, что отказ от употребления табака, алкоголя и наркотиков сохранит их здоровье.

**Энергизатор** «Подарок».

Участники стоят в кругу. Каждый по очереди передает соседу, стоящему справа свой подарок, который он показывает с помощью жестов. Остальные должны угадать, какой подарок был преподнесен. Повторяться нельзя.

**Вывод**

Существует много эффективных способов говорить «НЕТ».

**Тест «СИГАРЕТА»**

Отвечая на вопросы, сделай выбор **ДА** или **НЕТ** и подчеркни заглавную букву:

-     при выборе **ДА –** *красным* цветом;

-     при выборе **НЕТ** – *черным* цветом.

**Сила**– Могут ли сигареты сделать человека сильнее? Способствуют ли сигареты наращиванию мышц и их укреплению?

**Искренность –**Может ли курящий человек быть честным, искренним и не обманывать своих близких, что он курит?

**Гуманность –**Может ли курящий человек называться гуманным, если он портит жизнь окружающим его близким, соседям создавая их неблагоприятные условия?

**Активность –**Могут ли сигареты сделать человека сильнее, выносливее, активнее?

**Работоспособность -**Можно ли успешно учиться, регулярно куря сигареты и при этом улучшать свою память, внимание?

**Естественность –**Может ли курящий человек быть всегда в гармони с самим собой, с окружающими, с природой и не приносить им вред?

**Тактичность** – Всегда ли курящий человек вежлив, не груб с окружающими его людьми?

**Аккуратность –**Можно ли сказать про курильщика, что он чистоплотен, аккуратен. На его одежде нет прожженных пятен, остатков пепла, он не мусорит, не бросает куда попало окурки?

Если получилась сплошная черная черта. Давайте перечислим качества, которые теряем, становясь курильщиком. Сигарета отнимает – свободу, искренность, гуманность…

БЛАНК ОПРОСНИКА

СОЦИОЛОГИЧЕСКИЙ ОПРОС

**1.**    **Выбери из представленных ниже жизненных ценностей 3 наиболее, по твоему мнению, важные для человека. Проранжируйте их, поставив рядом числа: 1,2,3.**

А) Профессиональная карьера;

Б) Крепкое здоровье;

В) Хорошая дружная семья;

Г) Яркая, насыщенная жизнь;

Д) Материальное благополучие;

Е) Близкие друзья.

**2.**    **Чем ты готов пожертвовать ради курения табачных изделий:**

А) деньгами,

Б) физическим здоровьем,

В) обонянием и чувством вкуса,

Г) чистотой дома и одежды,

Д) приятной внешностью,

Е) продолжительностью жизнью.

**Практическое занятие 5.** Сбор и анализ информации о здоровье клиента.

Существует два вида информации о пациенте: субъективная и объективная.  
*Субъективная информация* - это сведения об ощущениях самого пациента относительно проблем со здоровьем. Например, жалобы на боли - субъективная информация. Пациент может сообщить о частоте боли, её характеристике, продолжительности, локализации, интенсивности. К субъективным данным относят сообщения пациента о чувстве беспокойства, физического дискомфорта, страхе, жалобы на бессонницу, плохой аппетит, недостаток общения и др.

*Объективная информация* - результаты проведённых измерений или наблюдений. Примерами объективной информации могут служить показатели измерения температуры тела, пульса, АД, идентификация высыпаний (сыпи) на теле и пр. Сбор объективной информации проводят в соответствии с существующими нормами и стандартами (например, по шкале Цельсия при измерении температуры тела).

Субъективные данные, полученные от пациента, подтверждают физиологические изменения, выраженные объективными показателями.

При проведении опроса необходимо применять специфические навыки общения, чтобы сфокусировать внимание пациента на состоянии его здоровья, помочь осознать те изменения, которые происходят или будут происходить в его образе жизни. Доброжелательное отношение к пациенту позволит ему справиться с такими проблемами, агрессия и возбуждение, снижение слуха, нарушение речи.

Цели проведения опроса:

• установление доверительных отношений с пациентом;

• ознакомление пациента с курсом лечения;

• выработка адекватного отношения пациента к состояниям беспокойства и тревоги;  
• выяснение ожиданий пациента от системы оказания медицинской помощи;  
• получение ключевой информации, требующей углубленного изучения.  
Если контакт установлен, пациент сможет задать интересующие его вопросы. Чтобы правильно ответить на них, необходимо попытаться понять чувства пациента. Особую осторожность необходимо проявлять, когда больные просят дать совет по личному вопросу.  
Во время проведения опроса следует наблюдать за пациентом. Его поведение с членами семьи, медико-санитарным окружением поможет понять, согласуются ли данные, полученные посредством наблюдения, с выявленными при опросе.

Изложению информации, полученной от пациента, как правило, предшествуют определённые сведения, носящие вводный характер.  
Анкетные данные (возраст, пол, место жительства, род занятий) позволят не только установить, кем является пациент, но и получить примерное представление о том, что это за человек, и какие проблемы со здоровьем у него могут быть.

Источник получения информации. В СИБ необходимо указать, от кого получены сведения о пациенте. Это может быть он сам, его родственники, друзья, члены медицинской бригады, работники милиции. Нужную информацию можно также почерпнуть из имеющейся у пациента документации.

**Практическое занятие 6.** Разработка мероприятий социальной реабилитации в индивидуальной программе реабилитации инвалида.

**Цель**: разработка индивидуальных программ реабилитации.

**Задачи**:

1. Умение определять цели и задачи ИПР;
2. Формирование навыков определения индивидуальных мероприятий при составлении ИПР.

**Ход занятия**:

1. Приветствие.
2. Введение в проблему.

**Реабилитация** -  восстановление прежней, незапятнанной репутации, опровержение обвинений (Д.Н.Ушаков «Толковый словарь»).

**Реабилитация** -  восстановление в правах, восстановление утраченного доброго имени, отмена необоснованного обвинения невиновного лица либо группы лиц из-за «отсутствия состава преступления». Реабилитация отличается от [амнистии](https://www.google.com/url?q=https://ru.wikipedia.org/wiki/%25D0%2590%25D0%25BC%25D0%25BD%25D0%25B8%25D1%2581%25D1%2582%25D0%25B8%25D1%258F&sa=D&ust=1458303236186000&usg=AFQjCNEx5UVJy_aHtg0eq475JSYJzCiXnA), [помилования](https://www.google.com/url?q=https://ru.wikipedia.org/wiki/%25D0%259F%25D0%25BE%25D0%25BC%25D0%25B8%25D0%25BB%25D0%25BE%25D0%25B2%25D0%25B0%25D0%25BD%25D0%25B8%25D0%25B5&sa=D&ust=1458303236187000&usg=AFQjCNGtH6nRnxHO44PoV1XQgBKINa8hWQ) полным восстановлением прав и репутации ввиду ложного (неверного) обвинения (юридический словарь).

**Реабилитация** в медицине — комплекс медицинских, [психологических](https://www.google.com/url?q=https://ru.wikipedia.org/wiki/%25D0%259F%25D1%2581%25D0%25B8%25D1%2585%25D0%25BE%25D0%25BB%25D0%25BE%25D0%25B3%25D0%25B8%25D1%258F&sa=D&ust=1458303236189000&usg=AFQjCNFmw-S_v03BAfwlwYqgUDErw1zp1Q), педагогических, профессиональных и юридических мер по восстановлению автономности, трудоспособности и [здоровья](https://www.google.com/url?q=https://ru.wikipedia.org/wiki/%25D0%2597%25D0%25B4%25D0%25BE%25D1%2580%25D0%25BE%25D0%25B2%25D1%258C%25D0%25B5&sa=D&ust=1458303236190000&usg=AFQjCNEhScTaoaQpoOgBu7Wc3AqeSQWNPQ) лиц с ограниченными физическими и психическими возможностями в результате перенесённых или врожденных заболеваний, а также в результате [травм](https://www.google.com/url?q=https://ru.wikipedia.org/wiki/%25D0%25A2%25D1%2580%25D0%25B0%25D0%25B2%25D0%25BC%25D0%25B0&sa=D&ust=1458303236191000&usg=AFQjCNEU8kNDoaM9nf3uZu5iutGojbv5Zw).

Это слово встречается во многих областях науки: и в медицине, и в психологии, социологии, в юриспруденции и других.

              Весьма важным является определение реабилитации в социально-педагогическом контексте как создание благоприятной социальной ситуации развития человека через восстановление нарушенных отношений в среде.

***Реабилитация социальная*** – система мероприятий, направленных на восстановление утраченных гражданином социальных связей, социального статуса, устранение или возможно полную компенсацию ограничений жизнедеятельности.

***Реабилитация социально-педагогическая***– это система мер воспитательного характера, направленная на формирование личностных качеств, значимых для жизнедеятельности ребенка, активной жизненной позиции ребенка, способствующих интеграции его в общество; на овладение необходимыми умениями и навыками по самообслуживанию, положительными социальными ролями, правилами поведения в обществе.

Важным фактором, влияющим на эффективность работы как с семьей, так и несовершеннолетним, является качество индивидуальных программ реабилитации. От того насколько правильно составлены программы, насколько точно отражены в них цель, задачи, определены направления реабилитации, подобраны необходимые методы и технологии зависит успешность проводимой работы.

**Индивидуальная программа реабилитации (ИПР)**– разработанный комплекс оптимальных реабилитационных мероприятий, включающий в себя отдельные виды, объемы, сроки и порядок реализации медицинских, социально-педагогических, психолого-педагогических и других реабилитационных мер, направленных на восстановление, компенсацию нарушенных или утраченных социальных связей и восстановление, компенсацию способностей к выполнению определенных видов деятельности.

Итак, из чего же состоит индивидуальная программа реабилитации?

**Структура  ИПР:**

1. Сведения о семье и несовершеннолетнем.
2. Цель.
3. Задачи.
4. Ожидаемые результаты.
5. Критерии оценки результатов.
6. План мероприятий с указанием ответственного лица по выполнению.

 Анализ проведенной работы.  Разработка рекомендаций по дальнейшей работе с данной семьей или несовершеннолетним ребенком.

1. **Работа в группах.**

       Сегодня на практическом занятии мы попробуем составить индивидуальные программы реабилитации (ИПР).

*Деление на группы и раздача ситуаций.*

**Ситуация № 1. Семья  Ивановых.**

Состав семьи:

1. Мама Иванова Анна Игоревна, 39 лет, работает на двух работах: на заводе

с 8 .00 до 17.00 и техничкой в частной фирме с 18.00 до 19.00, бывают случаи распития спиртных напитков.

2. Папа Иванов Виктор Петрович, 43 года, нигде не работает, злоупотребляет спиртными напитками.

3. Сын Иванов Андрей Викторович, 14 лет, учится в 8 классе средней школы № 310.

4. Дочь Иванова Анастасия Викторовна, 10 лет, учится в 3 классе средней школы № 310.

5. Дочь Иванова Ульяна Викторовна,  5 лет, детский сад не посещает.

Семья Ивановых является многодетной, малоимущей, неблагополучной, состоит на профилактическом учете в полиции, школе, КДН.

      Семья проживает в благоустроенной двухкомнатной квартире, условия проживания: имеется посторонний запах, постельное белье не всегда чистое, в холодильнике имеются продукты питания.  Родители не оформили документы на бесплатное (льготное) питание детей в ОУ, получение компенсации за приобретенную школьную форму, на получение детского пособия.

**Ситуация № 2.**

**Несовершеннолетний, состоящий на профилактическом учете в полиции.**

Данилов Игорь Сергеевич, 14 лет, обучается в 9 классе средней школы № 110, состоит на профилактическом учете в полиции за совершение  преступления (тайное хищение чужого имущества, которое совершил в 13-летнем возрасте). Часто пропускает уроки без уважительной причины, учится плохо, кружки и спортивные секции не посещает.

Родители Игоря работают, спиртными напитками не злоупотребляют, родительские собрания родители не посещают, иногда приходят на беседы в школу к учителям.

**Ситуация № 3.**

**Несовершеннолетний, состоящий на профилактическом учете в школе.**

Гайнуллин Артур Маратович, 12 лет, обучается в 5 классе средней школы № 210, состоит на профилактическом учете в школе за  нарушение дисциплины в школе, выражение нецензурной бранью, неуспеваемость. Артур пропускает уроки без уважительной причины редко, учится на «3» (удовлетворительно), посещает   спортивную секцию бокса.

Родители Марата работают, спиртными напитками не злоупотребляют, родительские собрания посещает мать, отец иногда приходит на беседы в школу к учителям.

**Ситуация № 4.**

Несовершеннолетний, состоящий на профилактическом учете в наркологии за употребление психотропных веществ (спайсов).

        Абдуллин Руслан Ильшатович, 16 лет, обучается в 10 классе средней школы № 410, состоит на профилактическом учете в наркологии и школе за неоднократное употребление психотропных веществ (спайсов). Руслан плохо учится, имеет неаттестации по предметам, двойки, часто пропускает уроки без уважительной причины, не желает учиться.

        Родители  Руслана находятся в разводе, воспитанием после развода занимается мать, отец отстранился от воспитания сына,  ничем не помогает, алименты не платит.  Руслан вышел из-под контроля матери, не слушается ее, может не ночевать дома по несколько дней подряд.

1. Работа по составлению индивидуальных программ реабилитации.

         Итак, мы работаем в группах 10-15 минут. Составляем индивидуальную программу реабилитации.  Для удобства работы на столах стоят ноутбуки, вам дана структура ИПР.

1. Защита индивидуальных программ реабилитации.
2. Итоги практического занятия. Рефлексия. Обратная связь.

          Таким образом, мы выяснили и поняли, что создание ИПР требует знаний о семье, понимания их проблем, потребностей, также требует четкого определения цели и задач ИПР, определение четких ожидаемых результатов (т.е. чего мы хотим добиться, выполняя определенные мероприятия по реабилитации семьи или несовершеннолетнего), выполнение определенных мероприятий, которые подбираются индивидуально в зависимости от ситуации.

**Практическое занятие 7.** Составление индивидуальных рекомендаций по здоровому образу жизни.

Задание 1. Составьте подходящий для студента распорядок дня, учитывая основные факторы ЗОЖ

|  |  |
| --- | --- |
| Время суток, часы | Элементы режима дня |
| 7.00- 7.05 | Подъем |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| 23.00 | Отбой |

Задание 2.

Прочитайте текст и ответьте на вопросы

Наступила весна. На улице потеплело. Начал таять снег. Зажурчали ручьи. Почки на деревьях набухли почки. Природа начала просыпаться от холодной зимы. Витя был рад весне, но почему-то ему хотелось спать подольше утром, днём спать тоже хотелось, на уроках Витя подставлял кисть руки под голову специально, чтобы не заснуть за партой. К вечеру дремота проходила, и Витя выполнял домашнее задание с 21.00. по 23.30. Выполнив домашнее задание, Витя чистил зубы, умывался и ложился спать. Засыпал уже в начале следующего дня, к 00.30. Утром будильник звенел в 7.00, но Витя не мог проснуться. И поднимался к 7.30. Так прошла вторая неделя. Витя был всё такой же вялый. Мама повела Витю к врачу. Врач выставил диагноз: «Гиповитаминоз», назначил витамины и порекомендовал Вите вовремя ложиться спать в 21.30. Витя чётко выполнял все рекомендации врача, и через две недели Витя снова пришёл в норму.

* Почему важен сон человеку?
* Какая продолжительность сна должна быть у школьника?
* Какие условия для сна должны быть созданы школьнику?
* Что такое гиповитаминоз?
* Какие продукты содержат витамины?

Задание 3.

Составьте суточный рацион для подростка школьника (16 лет), учитывая норму калорий и соответствующий критериям ЗОЖ. Напишите основные источники белков, жиров и углеводов.

Суточный рацион

* Белки: 10-15%;
* Жиры: 15-30%;
* Углеводы: 55-75%;

|  |  |
| --- | --- |
| Прием пищи | Описание |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

Задание 4.

Прочитайте текст, ответьте на вопросы и выполните задание

Поздней весной жильцы трехэтажного дома, где жил Витя, вышли на субботник. Витя и его соседи дружно прибирали территорию. Вдруг Витя увидел незнакомца на качели возле своего подъезда. Незнакомец сидел спиной к жильцам, и от него шли клубы дыма. Посидев две минуты, незнакомец кинул на дорожку выкуренную сигарету и вскоре опять закурил. Витя прибежал к незнакомцу и сообщил ему, что он только что подметал дорожки. Витя очутился в голубом дыме от сигареты, почувствовал запах табака и тут же начал сильно кашлять. Незнакомец вскоре исчез. Витя сел на лавочку, отдышался. Приступ кашля прошёл. Витя и соседи на общем собрании жильцов дома решили около детской площадки установят запрещающий знак «Курение на детской площадке запрещено!»

* Почему курение вредно?
* Нарисуйте запрещающий знак «Курение на детской площадке запрещено!»
* Что такое пассивное курение?
* Почему люди начинают курить?

Задание 5.

Заполните пропуски и ответьте на вопросы:

Основные составляющие тренированности организма человека  
https://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2022/01/23/prakticheskaya_osnovy_zozh.docx_image1.jpghttps://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2022/01/23/prakticheskaya_osnovy_zozh.docx_image1.jpghttps://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2022/01/23/prakticheskaya_osnovy_zozh.docx_image1.jpghttps://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2022/01/23/prakticheskaya_osnovy_zozh.docx_image1.jpghttps://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2022/01/23/prakticheskaya_osnovy_zozh.docx_image3.jpghttps://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2022/01/23/prakticheskaya_osnovy_zozh.docx_image2.jpghttps://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2022/01/23/prakticheskaya_osnovy_zozh.docx_image4.jpghttps://nsportal.ru/sites/default/files/docpreview_image/2022/01/23/prakticheskaya_osnovy_zozh.docx_image4.jpg

Напишите определение для каждого из вставленных пропусков. Объясните разницу между «утомлением» и «усталостью».

Задание 6.

Прочитайте текст, ответьте на вопросы и выполните задание

У Вити наступили долгожданные осенние каникулы. Но Вите было грустно сидеть одному дома. Ему нечем было заняться. Ведь он уже знал, что длительно слушать громкую музыку, долго сидеть за компьютером это вредно, а друзей у Вити не было. Поэтому Витю отправили отдыхать в деревню к бабушке. Бабушка все каникулы усиленно кормила Витю пельменями, пирогами, тортами, жареным мясом, бутербродами с колбасой. Витя рад помочь бабушке воды с колонки принести, дрова нарубить, печь затопить, но бабушка все сама управляется. Вите не дает по хозяйству помогать, бережёт внука, да приговаривает: «Наработаешься ещё». После каникул мама повела Витю на плановый осмотр в поликлинику. Врач измерила Вите рост и вес, оказалось, что у Вити появился лишний вес.

* Почему у Вити появился лишний вес?
* Что врач посоветовал Вите, для того, чтобы избавиться от лишнего веса?
* Для чего в организме человека откладывается жир в жировых клетках?
* Известно, что плодотворный труд укрепляет здоровье людей. Как Вы считаете, чем может Витя заняться в деревне у бабушки?

**Практическое занятие 8.** Адаптивная физическая культура как метод медико-социальной реабилитации и укрепления здоровья.

Теоретический материал:

Формы организации занятий физическими упражнениями чрезвычайно разнообразны, они могут быть систематическими (уроки физической культуры, утренняя гимнастика), эпизодическими (загородная прогулка, катание на санках), индивидуальными (в условиях стационара или дома), массовыми (фестивали, праздники), соревновательными (от групповых до международных), игровыми (в семье, оздоровительном лагере). Одни формы занятий организуются и проводятся специалистами адаптивной физической культуры, другие — общественными и государственными организациями, третьи — родителями детей-инвалидов, волонтерами, студентами, четвертые — самостоятельно. Цель всех форм организации — расширение двигательной активности детей, приобщение их к доступной спортивной деятельности, интересному досугу, развитие собственной активности и творчества, формирование здорового образа жизни, физкультурное и спортивное воспитание. Основной формой организованных занятий во всех видах адаптивной физической культуры является урочная форма, исторически и эмпирически оправдавшая себя.

В зависимости от целей, задач, программного содержания уроки подразделяются на:

• уроки образовательной направленности — для формирования специальных знаний, обучения разнообразным двигательным умениям;

• уроки коррекционно-развивающей направленности — для развития и коррекции физических качеств и координационных способностей, коррекции движений, коррекции сенсорных систем и психических функций с помощью физических упражнений;

• уроки оздоровительной направленности — для коррекции осанки, плоскостопия, профилактики соматических заболеваний, нарушений сенсорных систем, укрепления сердечно-сосудистой и дыхательной систем;

• уроки лечебной направленности — для лечения, восстановления и компенсации утраченных или нарушенных функций при хронических заболеваниях, травмах и т. п. (например, ежедневные уроки ЛФК в специальных школах-центрах для детей с ДЦП);

• уроки спортивной направленности — для совершенствования физической, технической, тактической, психической, волевой, теоретической подготовки в избранном виде спорта;

• уроки рекреационной направленности — для организованного досуга, отдыха, игровой деятельности.

Такое деление носит условный характер, отражая лишь преимущественную направленность урока. Фактически каждый урок содержит элементы обучения, развития, коррекции, компенсации и профилактики. Таким образом, наиболее типичными для детей с ограниченными функциональными возможностями являются комплексные уроки.

Неурочные формы не регламентированы временем, местом проведения занятий, количеством участников, их возрастом. Занятия могут включать детей с разными двигательными нарушениями, проводиться отдельно или совместно со здоровыми детьми, родителями, добровольными помощниками. Их главная цель — удовлетворение потребности детей в эмоциональной двигательной активности, игровой деятельности, общении, самореализации.

В разных видах адаптивной физической культуры урочные и неурочные формы занятий распределяются следующим образом.

Адаптивное физическое воспитание в специальных (коррекционных)

образовательных учреждениях осуществляется в следующих формах:

— уроки физической культуры;

— уроки ритмики (в младших классах);

— физкультминутки на общеобразовательных уроках (для снятия и профилактики умственного утомления).

Адаптивная физическая рекреация осуществляется в процессе внеурочных и внешкольных занятий. Рекреативные занятия имеют две формы: в режиме дня и внеклассную.

В режиме дня они представлены в виде:

— утренней гимнастики (до уроков);

— организованных игр на переменах;

— спортивного часа (после уроков). Внеклассные занятия имеют следующие формы:

— рекреативно оздоровительные занятия в школе (в группах общей физической подготовки, группах подвижных и спортивных игр и других формах), организованных на добровольной самодеятельной основе в соответствии с возможностями учреждения и интересами учащихся;

— физкультурные праздники, викторины, конкурсы, развлечения, соревнования типа «Веселые старты»;

— интегрированные праздники вместе со здоровыми детьми;

— прогулки и экскурсии;

— дни здоровья.

Во внешкольное время адаптивная физическая рекреация имеет следующие формы:

— занятия в летних и зимних оздоровительных лагерях;

— занятия и игры в семье;

— занятия в реабилитационных центрах;

— занятия в семейно-оздоровительных клубах;

— самостоятельные занятия.

Адаптивный спорт имеет два направления: рекреационно-оздоровительный спорт и спорт высших достижений. Первое реализуется в школе как внеклассные занятия в секциях по избранному виду спорта (настольный теннис, гимнастика, аэробика, танцы (в том числе и в колясках), хоккей на полу, баскетбол, плавание, легкая атлетика и др.) в двух формах:

— тренировочные занятия;

— соревнования.

Второе направление реализуется в спортивных и физкультурно-оздоровительных клубах, общественных объединениях инвалидов, ДЮСШ, сборных командах по видам спорта в системе Специального Олимпийского, Паралимпийского движения, Всероссийского движения глухих.

Задание в группах:

Разработайте комплекс упражнений по адаптивной физкультуре для студентов специальности Социальная работа, представьте его.

**4.Критерии оценки результатов практической работы студентов**

Критерии оценки результатов практической работы студентов:

* уровень освоения студентом учебного материала;
* соответствие профессиональной направленности и выбранной профессии;
* умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
* сформированность общеучебных умений;
* обоснованность и четкость изложения ответа;
* четкое и правильное выполнение заданий.

К критериям оценки работы по подготовке к практическим занятиям также относятся:

- наличие конспекта, материал которого соответствует теме практического занятия;

- правильность и самостоятельность выполнения всех этапов практической работы;

- наличие заготовки отчета к практической работе;

- правильность оформления отчета по практической работе.

Критерии оценки результатов практической работы обучающихся производятся по универсальным системам оценивания в баллах (от 5 до 1).

В оценивании дифференциального зачета в примерной ООП СОО предлагается 4 критерия оценки на двух уровнях: базовом (оценка «3 - удовлетворительно»). Главное отличие выделенных уровней состоит в степени самостоятельности обучающегося в ходе выполнения работы.

|  |  |
| --- | --- |
| Оценка | Критерии |
| «Отлично» | Оценку «отлично» заслуживает обучающийся, обнаруживший всесторонние, систематические и глубокие знания теоретического материала, в соответствии с требованиями профессиональной образовательной программы, выполнивший полностью практическую (лабораторную) работу. Допускаются единичные несущественные ошибки, самостоятельно исправленные студентом. |
| «Хорошо» | Оценку «хорошо» заслуживает обучающийся, обнаруживший полное знание программного материала, умеющий пользоваться нормативной и справочной документацией, успешно выполнивший предусмотренные практические задания, допустивший неточности при выполнении практической работы. Допускаются отдельные несущественные ошибки, исправленные студентом после указания на них. |
| «Удовлетвори-тельно» | Оценку «удовлетворительно» заслуживает обучающийся, обнаруживший неполные знания программного материала, но умеющий пользоваться нормативной и справочной документацией, допустивший ошибки в выполнении практической работы. Допускаются отдельные существенные ошибки, исправленные с помощью преподавателя. |
| «Неудовлетво-рительно» | Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, имеющему пробелы в знаниях программного материала по профессиональной образовательной программе, допустившему существенные ошибки в выполнении практических заданий или не выполнивший их. |

**5.Список рекомендуемых литературных источников**

* 1. **Основные печатные издания**

1. Основы социальной медицины : учебник для среднего профессионального образования / А. В. Мартыненко [и др.] ; под редакцией А. В. Мартыненко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 375 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11055-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/498931 (дата обращения: 10.10.2022).
2. Петрушин, В. И.  Психология здоровья : учебник для среднего профессионального образования / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 381 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11272-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/491333 (дата обращения: 10.10.2022).

**5.2. Дополнительные источники**

1. Бегидова, Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2021. — 191 с.
2. Воронцова, М. В. Социальная наркология: учебное пособие для среднего профессионального образования / М. В. Воронцова, В. Н. Бородулин, С. В. Котлярова ; под редакцией М. В. Воронцовой. — М.: Издательство Юрайт, 2021. — 167 с.
3. Дереча, В. А. Личностные основы наркологической профилактики и реабилитации: учебное пособие для вузов / В. А. Дереча, В. В. Карпец. — М.: Издательство Юрайт, 2021. — 216 с.
4. Ильина, И. В. Медицинская реабилитация: учебник для вузов / И. В. Ильина. — М.: Издательство Юрайт, 2021. — 276 с.
5. Единый портал государственных и муниципальных услуг (функций) «Госуслуги» [Электронный ресурс]: Режим доступа: https://www.gosuslugi.ru/, свободный.
6. Информационный Портал «Будущее России. Национальные проекты», [Электронный ресурс]: Режим доступа: https://futurerussia.gov.ru/, свободный.
7. Официальный информационный интернет-ресурс Минтруда России. [Электронный ресурс]: Режим доступа: https://mintrud.gov.ru/, свободный.
8. Официальный информационный интернет-ресурс Пенсионного Фонда Российской Федерации [Электронный ресурс]: Режим доступа: https://pfr.gov.ru/, свободный. Официальный информационный интернет-ресурс
9. Официальный информационный интернет-ресурс Фонда социального страхования РФ [Электронный ресурс]: Режим доступа: https://fss.ru/, свободный.
10. Официальный информационный интернет-ресурс Федерального Фонда обязательного медицинского страхования РФ [Электронный ресурс]: Режим доступа: http://www.ffoms.gov.ru/, свободный.