

МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«БОГДАНОВИЧСКИЙ ПОЛИТЕХНИКУМ»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

по выполнению практических работ

ОУД.14 ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ.

для профессии
43.01.02 «Парикмахер»
Пр-17

Организация-разработчик: ГБПОУ СО «Богдановичский политехникум»

Разработчик:

Привалова О.В. преподаватель первой квалификационной категории
ГБПОУ СО «Богдановичский политехникум», г. Богданович

Рассмотрено на заседании Методического совета ГБПОУ СО
«Богдановичский политехникум»
протокол № 1 от «30» августа 2017 г.
Председатель: _____ / Е.В. Снежкова

Содержание

	стр.
1 Пояснительная записка	4
2 Практическая работа обучающегося	6
3 Содержание отчетных работ	8
4 Критерии оценки отчетных работ	9
5 Приложение А. Титульный лист отчетных работ	10
6 Литература	11

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Методические рекомендации составлены в соответствии с рабочей программой
ОУД.14 Здоровый образ жизни»

Практические работы способствуют более глубокому усвоению изучаемого теоретического материала, совершенствуют знания обучающимися требований нормативных документов и совершенствуют практические навыки обучающихся в области подготовки рабочей документации по здоровому образу жизни.

Программой «Здоровый образ жизни» предусмотрено выполнение четырех практических работ в течение 8 учебных часов. В методических рекомендациях к практическим работам приведены сведения: порядок проведения работы, содержание отчета.

Предварительная подготовка обучающихся к практической работе, понимание ее цели и содержания – важнейшее условие качественного выполнения работ. Поэтому прежде чем приступить к выполнению практической работы, обучающиеся должны:

- изучить содержание работы и порядок ее выполнения;
- повторить теоретический материал, связанный с выполнением данной работы;

Обучающиеся должны иметь отдельную папку и листы формата А4 для оформления отчетов по практическим работам. Работа считается законченной после выполнения всех пунктов инструкции и проверки результатов преподавателем.

Завершается практическая работа составлением отчета, который должен содержать все необходимые результаты и выводы.

По практической работе сдается зачет в форме собеседования.

Зачет по практическим работам является обязательным для получения допуска к дифференцированному зачету.

2. ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

Тема	Вид, название и краткое содержание задания	Планируемые часы на выполнение внеаудиторной работы	Форма отчетности и контроля
1.	<p>Практическая работа №1 «Репродуктивное здоровье» <u>Цели работы:</u> Овладение знаниями сохранения репродуктивного здоровья <u>Краткое содержание работы:</u> 1.Изучение физиологических изменений, происходящих в организме при половом развитии; 2.Изучение последствий сексуальных преступлений 3.Изучение признаков инфекционных заболеваний, передающиеся половым путем и их профилактики</p>	2	отчетная работа №1 собеседование

Тема	Вид, название и краткое содержание задания	Планируемые часы на выполнение внеаудиторной работы	Форма отчетности и контроля
2.	<p>Практическая работа №2 «Полноценное питание» <u>Цель работы:</u> Знать правила полноценного питания</p> <p><u>Краткое содержание работы:</u> 1.Овладение понятием полноценного питания; 2.Изучение главных источников полноценного питания; 3.Изучение режима питания подростков и роли диеты 4.Изучение роли диеты</p>	2	отчетная работа №2 собеседование
3.	<p>Практическая работа №3 «Физическая культура и закаливание» <u>Цель работы:</u> Овладение знаниями физической культуры и закаливания <u>Краткое содержание работы:</u></p> <p>1.Владение понятием физической культуры; 2.Изучение физиологической сущности закаливания, правил и видов закаливания, 3.Изучение способов использования средств физической культуры в воспитании здорового образа жизни.</p>	2	отчетная работа №3 собеседование
4.	<p>Практическая работа №4 «Профилактика вредных привычек» <u>Цель работы:</u> Овладение знаниями по профилактике вредных привычек <u>Краткое содержание работы:</u> 1.Изучение механизма воздействия наркотиков, курения и алкоголя на здоровье подростков. 2 Изучение. влияния других вредных привычек на подростка. профилактики вредных привычек.</p>	2	отчетная работа 4 собеседование

3. СОДЕРЖАНИЕ ОТЧЕТНЫХ РАБОТ

Папка с отчетными работами обучающегося должна содержать следующие разделы:

1. титульный лист

обязательно указываются:

- название министерства, учебного заведения;
- название специальности;
- фамилия и инициалы обучающегося;
- номер группы;
- фамилия и инициалы преподавателя;

2. отчеты по практическим работам (4 отчетных работ)

обязательно указываются:

- номер и название практической работы;
- цели работы;
- заполненные с использованием информационных технологий и в соответствии с требованиями нормативных документов формы рабочей документации;

4. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ОТЧЕТНЫХ РАБОТ

Форма зачета по практическим работам – собеседование.

Практическая работа считается выполненной и принимается к зачету по следующим критериям:

Оценка «отлично» выставляется, если студент обстоятельно, с достаточной полнотой излагает программный материал, дает правильные формулировки, точные определения ключевых понятий, обнаруживает полное понимание материала и может обосновать свой ответ, привести примеры, демонстрирует самостоятельность мышления, правильно отвечает на дополнительные вопросы.

Оценка «хорошо» выставляется, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «отлично», но допускает единичные ошибки, которые сам же исправляет после замечаний преподавателя.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент демонстрирует знание и понимание основных положений программного материала, но при этом допускает неточности в формулировке правил или определений, излагает материал недостаточно связно и последовательно.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если студент обнаруживает незнание большей части программного материала, допускает ошибки в формулировке правил и определений, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал, сопровождая изложение частыми запинками, перерывами.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

**МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«БОГДАНОВИЧСКИЙ ПОЛИТЕХНИКУМ»**

ОТЧЕТНЫЕ РАБОТЫ

по практическим занятиям

ОУД.14 ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ.

для профессии
43.01.02 «Парикмахер» Пр-17

Выполнил: _____

Группа: Пр-17_____

Проверил: О.В.Привалова

Литература для студентов

- 1 Назарова Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие : учеб. пособие для студ. вузов / Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жилов. - 2-е изд. - Москва : Академия, 2015.
- 2.Рубанович, В.Б. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебное пособие / В.Б. Рубанович, Р.И. Айзман, М.А. Суботялов. - 2-е изд., стер. - Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2015
- 3.Морозов, М.А. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний / М.А. Морозов. - СПб : СпецЛит, 2013
- 4.Основы медицинских знаний: Здоровье, болезнь и образ жизни : учеб. пособие для вузов / Г. П. Артюнина, С. А. Игнаткова. - 4-е изд., перераб. - Москва : Академ. проект, 2014..
- 5.Величковский Б.Т. Здоровье человека и окружающая среда. Учебное пособие – М.: Новая школа, 2014.
- 6.Дубровский В.И. Валеология: здоровый образ жизни. – М.: Ritorika – А: Флинта, 2014.
- 7.Петленко В.П. Валеология человека; здоровье – любовь – красота. – СПб., 2014.
- 8.Рушман Э.М. Надо ли убегать от стресса. – М.: Физкультура и спорт, 2013.
- 9.Тонкова - Ямпольская Р.В. Основы медицинских знаний. – М.: Просвещение, 2014.
- 10.Хата З.И. Здоровье человека в современной экологической обстановке. – М.: Гранд, 2013.

Интернет-ресурсы

- <http://www.hardtime.ru/> - Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях.
- <http://www.spas-extreme.ru/> - Портал детской безопасности.
- <http://gr-obor.narod.ru/>
- <http://sch1106.mosuzedu.ru/edresurs.html>
- <http://pedlib.ru/>
- <http://www.rospecclub.ru/>
- <http://intergu.ru/>
- <http://www.rusedu.info/>
- <http://www.shkolnik.ru/books/pdd/index.shtml>
- http://gibdd.onego.ru/p_propag.htm
- <http://www.seu.ru/cci/lib/books/calendar/>