

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Кузбасский гуманитарно-педагогический институт
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Кемеровский государственный университет»
Факультет физической культуры, естествознания и природопользования
Кафедра естественнонаучных дисциплин**

УТВЕРЖДАЮ
Декан ФФКЕП
В.А. Рябов
«18» марта 2025 г.

Рабочая программа дисциплины

**Б1.В.ДВ.02.01 Профилактика вредных привычек и формирование здорового
образа жизни**

Направление подготовки
45.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)»

Направленность (профиль) подготовки
«География и Биология»

Программа бакалавриата

Квалификация выпускника
Бакалавр

Форма обучения
Очная

Год набора 2021

Новокузнецк 2025

Лист внесения изменений в РПД
РПД Б1.В.ДВ.02.01 Профилактика вредных привычек и формирование здорового образа жизни

Сведения об утверждении:

Утверждена Ученым советом факультета физической культуры, естествознания и природопользования (протокол Ученого совета факультета № 10 от 18.03.2025 г.)
для ОПОП 2021 года набора на 2025 / 2026 учебный год

Одобрена на заседании методической комиссии ФФКЕП
(протокол методической комиссии факультета № 4 от 11.03.2025 г.)

Одобрена на заседании профилирующей /обеспечивающей кафедры естественнонаучных дисциплин
(протокол № 5 от 13.01.2025 г.) зав. кафедрой А. Г. Жукова

Оглавление

1. Цель дисциплины	4
1.1 Формируемые компетенции	4
1.2 Индикаторы достижения компетенций	4
1.3 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине	4
2 Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.	5
3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины	6
3.1 Учебно-тематический план	6
3.2. Содержание занятий по видам учебной работы	7
4 Порядок оценивания успеваемости и форсированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.	13
5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины	14
5.2 Программное и информационное обеспечение освоения дисциплины	15
5.2.1 Программное обеспечение	15
5.3.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.	15
6 Иные сведения и (или) материалы	16
6.1. Примерные темы письменных учебных работ	16
6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации	16

1.Цель дисциплины.

В результате освоения данной дисциплины у обучающегося должны быть сформированы компетенции основной профессиональной образовательной программы бакалавриата:

ПК-1

1.1 Формируемые компетенции

Таблица 1 - Формируемые дисциплиной компетенции

Наименование вида компетенции (универсальная, общепрофессиональная, профессиональная)	Наименование категории (группы) компетенций	Код и название компетенции
профессиональная	биология	ПК-1 Способен применять знания в области географии и биологии для решения прикладных задач образовательной деятельности

1.2 Индикаторы достижения компетенций

Таблица 2 – Индикаторы достижения компетенций, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
ПК-1 Способен применять знания в области географии и биологии для решения прикладных задач образовательной деятельности	ПК-1.2 Обладает навыками использования в профессиональной образовательной деятельности систематизированных теоретических и практических знаний биологических наук	Б1.О.10.01 Картография с основами топографии Б1.О.10.02 Геология Б1.О.10.03 Общее землеведение Б1.О.10.04 География почв с основами почвоведения Б1.О.10.05 Физическая география материков и океанов Б1.О.11.01 Цитология с основами гистологии и эмбриологии Б1.О.11.02 Зоология Б1.О.11.03 Ботаника с основами микробиологии и физиологии растений Б1.О.11.04 Анатомия человека Б1.О.11.05 Общая экология Б1.О.11.06 Физиология человека и животных Б2.О.01(У) Учебная практика. Ознакомительная Б2.О.02(У) Учебная практика. Технологическая практика Б2.О.03(У) Учебная практика. Проектно-технологическая практика Б1.О.10.06 Физическая география России Б1.О.10.07 Общая экономическая и социальная география Б1.О.10.08 Геоэкология и природопользование Б1.О.10.09 Экономическая и социальная география России Б1.О.10.10 Экономическая и социальная география

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции по ОПОП	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
		зарубежных стран Б1.О.11.07 Биохимия Б1.О.11.08 Молекулярная биология и генетика Б1.О.11.09 Теория эволюции Б2.О.04 (П) Производственная практика. Педагогическая практика ФТД.02 Технологии геоинформационных систем в географии и биологии

1.3 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине

Таблица 3 – Знания, умения, навыки, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Индикаторы достижения компетенции, закрепленные за дисциплиной	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
ПК-1 Способен применять знания в области географии и биологии для решения прикладных задач образовательной деятельности	ПК-1.2 Обладает навыками использования в профессиональной образовательной деятельности систематизированных теоретических и практических знаний биологических наук	Знает: - современные представления о молекулярных и генетических основах биологических процессов; Умеет: - доступно объяснять основные биологические термины, понятия и законы, ассоциированные с областью изучения; - использовать естественнонаучные знания в профессиональной деятельности; Владеет: - основными биологическими понятиями; - биохимическими, морфологическими и физиологическими методами изучения живого организма;

2 Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.

Таблица 4 – Объем и трудоемкость дисциплины по видам учебных занятий

Общая трудоемкость и виды учебной работы по дисциплине, проводимые в разных формах	Объём часов по формам обучения	
	ОФО	ЗФО
1 Общая трудоемкость дисциплины	72	
2 Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	30	
Аудиторная работа (всего):	30	
в том числе:		
лекции	12	
практические занятия, семинары	18	
практикумы		

лабораторные работы		
в интерактивной форме		
в электронной форме		
Внеаудиторная работа (всего):		
в том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем		
подготовка курсовой работы /контактная работа		
групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем)		
творческая работа (эссе)		
3 Самостоятельная работа обучающихся (всего)	42	
4 Промежуточная аттестация обучающегося	Зачет в 9 семестре	

3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.

3.1 Учебно-тематический план

Таблица 5 - Учебно-тематический план очной формы обучения

№ п/п недели	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоёмко сть (всего час.)	Трудоёмкость занятий (час.)			Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ОФО			
			Аудиторн. занятия		СРС	
			лекц.	лаб.р.		
Семестр 10						
1	Введение. Предмет и задачи курса. Факторы, приводящие к употреблению наркотических средств.	12	2	4	6	Опрос, защита понятийного аппарата, лаб. работ
2	Проблемы алкоголизма, влияние алкоголя на организм	14	2	4	8	Опрос, защита рефератов
3	Влияние курения на организм	14	2	4	8	Опрос, защита рефератов
4	Влияние наркотических анальгетиков на организм. Социальные и биологические проблемы наркомании	10	2	2	6	Опрос, защита рефератов
5	Влияние некоторых психотропных и седативных веществ на организм	8		2	6	Опрос, защита рефератов
6	Методы лечения наркотической зависимости	14	2	4	8	Опрос, защита рефератов
ИТОГО		72	10	20	42	

3.2. Содержание занятий по видам учебной работы

Таблица 7 – Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание занятия
1.	<i>Введение. Предмет и задачи курса. Факторы, приводящие к употреблению наркотических средств.</i>	
<i>Содержание лекционного курса</i>		

1.1.	Введение. Предмет и задачи курса.	Профилактика вредных привычек как задача организации работы с молодежью. Современное состояние проблемы вредных привычек в молодежной среде. Нормативно-правовое обеспечение профилактики вредных привычек среди молодежи в РФ. Стратегия активной первичной антинаркотической профилактической работы в учреждениях молодежной политики. Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде. Федеральный закон от 8 января 1998 г. № 3-ФЗ "О наркотических средствах и психоактивных веществах"
1.2	Факторы, приводящие к употреблению наркотических средств.	Понятие «Зависимости». Виды зависимостей. Факторы, вызывающие зависимости. Институты и технологии профилактики распространения вредных привычек среди молодежи.
2.	<i>Проблемы алкоголизма, влияние алкоголя на организм</i>	
<i>Содержание практических занятий</i>		
2.1.	Проблемы алкоголизма, влияние алкоголя на организм. Алкоголизм как болезнь.	Алкогольная зависимость у подростков. Факторы риска для подростков. Особенности формирования алкогольной зависимости в подростковом возрасте. Пивной алкоголизм. Роль психологических и биологических аспектов в формировании алкогольной зависимости. Стадии заболевания. Виды и типы алкоголизма Клинические проявления. 4 стадии развития алкоголизма Компенсированная (бытовое пьянство, легкая, предалкогольная, продромальная стадия). Субкомпенсированная (средняя, развернутая, критическая). Декомпенсация (хроническая, тяжелая, энцефалопатическая стадия). Хронический алкоголизм.
3	<i>Влияние курения на организм</i>	
<i>Содержание практических занятий</i>		
3.1.	Влияние курения на организм	Никотиновая зависимость. Статистические данные о табачной зависимости. Рамочная конвенция Всемирной организации здравоохранения по борьбе против табака. Федеральный закон от 23.02.2013 № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия табачного дыма и последствий потребления табака». Стадии формирования зависимости. Признаки потребления никотина. Последствия курения. Влияние отказа от курения на здоровье. Способы отказа от курения. Медикаментозные и немедикаментозные методы отказа от курения.
4.	<i>Влияние наркотических анальгетиков на организм. Социальные и биологические проблемы наркомании</i>	
<i>Содержание практических занятий</i>		
4.1.	Влияние наркотических анальгетиков на организм. Социальные и биологические проблемы наркомании	Легальные и нелегальные психоактивные вещества. Юридическая и личная ответственность. Феномен немедицинского использования наркотических веществ. Классификация, действие на организм. Стадии токсикомании. Признаки употребления. Героиновая наркомания. Кокаиновая наркомания. Формирование зависимости от опиоидов (опия, героина и других морфин содержащих наркотиков). Стадии формирования зависимости. Влияние на организм. Последствия. Причины возникновения и развития наркотической зависимости. Взаимосвязь наркомании с явлением девиантного поведения в молодежной среде.
5.	<i>Влияние некоторых психотропных и седативных веществ на организм</i>	
<i>Содержание практических занятий</i>		

5.1.	Влияние некоторых психотропных и седативных веществ на организм	Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации. ЛСД. Метамфетамин. Действие на организм. Стадии привыкания. Последствия употребления. Седативные средства: малые дозы барбитуратов, соли брома и магния, препараты растительного происхождения (валерианы, пустырника, травы пассифлоры и др.). Действие на организм. Стадии привыкания. Последствия употребления.
6.	<i>Методы лечения наркотической зависимости</i>	
<i>Содержание лекционного курса</i>		
6.1.	Методы лечения наркотической зависимости	Современные методы лечения зависимостей. Снятие острой интоксикации. Снятие «ломки» или купирование синдрома отмены. Симптоматическая терапия. Психологическое лечение наркомании. Терапия физической зависимости от наркотиков. Детоксикация и блокаторы. Реабилитация и профилактика как заключительный этап лечения наркозависимости. Психолого-педагогические методы и формы профилактики наркомании. Новые виды зависимостей: игровая зависимость, зависимость от интернета, зависимость от еды.

4 Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.

Для положительной оценки по результатам освоения дисциплины обучающемуся необходимо выполнить все установленные виды учебной работы.

Таблица 8 - Балльно-рейтинговая оценка результатов учебной работы обучающихся по видам (БРС)

Учебная работа (виды)	Сумма баллов	Виды и результаты учебной работы	Оценка в аттестации	Баллы
10 семестр				
Текущая учебная работа в семестре (Посещение занятий по расписанию и выполнение заданий)	80	Посещение занятий (наличие конспектов лекций, выполнение лаб. работ)	10 баллов за 100% посещение аудиторных занятий	0 - 10
		Защита лабораторных работ (15 работ).	2 балла за оформленную в соответствии с требованиями и защищенную лабораторную работу	0-30
		СРС выполнение индивидуального задания	12 баллов за грамотное и четкое изложение понятийного аппарата	0 - 12
		СРС – текущее тестирование	2 тестовых среза за каждый из которых можно получить 14 баллов	0-28
Итого по текущей работе в семестре				0-80
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)	20	Теоретический вопрос	10 баллов за теоретический вопрос	0-10
		Прикладное задание	10 баллов за правильно выполненное задание	0-10
Итого за зачет				0-20
Суммарная оценка по дисциплине: аттестации 51 – 100 б.				
Сумма баллов текущей и промежуточной				

Перевод баллов из 100-балльной шкалы в буквенный эквивалент зачётной оценки

Сумма баллов для дисциплины	Отметка	Буквенный эквивалент
86 – 100	5	Отлично
66 – 85	4	Хорошо
51 – 65	3	Удовлетворительно
0 - 50	2	Неудовлетворительно

5 Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины.

5.1 Учебная литература

Основная учебная литература

1. Мандель Б. Р. Психология зависимостей (аддиктология) [Электронный ресурс]: учебное пособие / Мандель Б. Р. - Электронные текстовые данные. - Москва.: Вузовский учебник, НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 320 с. – Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=464346>
2. Свиридов, А. Н. Педагогическая профилактика наркомании [Электронный ресурс] : учебное пособие / А. Н. Свиридов ; Алтайская гос. пед. акад.. - Электронные текстовые данные. - Барнаул: [б. и.], 2012. - Библиогр.: с. 125-129. - Режим доступа: <https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/3126/read.php>
3. Профилактика зависимого поведения подростков (на примере наркомании и алкоголизма) [Электронный ресурс] : учебное пособие / авт.-сост.: И. О. Елькин, Е. С. Набойченко ; М-во соц. защиты населения Свердловской обл., Уральский гос. пед. ун-т. - Электронные текстовые данные. - Екатеринбург : [б. и.], 2007. - 126 с. - Библиогр.: с. 123-125. - Режим доступа: <https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/4293/read.php>

Дополнительная учебная литература

1. Вредные привычки и их профилактика [Электронный ресурс] : учебное пособие / сост. И. Ю. Горская, Н. В. Губарева ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра медико-биологических основ физической культуры и спорта. – Электронные текстовые данные. - Омск : Издательство СибГУФК, 2010. - 212 с. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277194>
2. Гаранский А.Н. Наркомания в России: состояние, тенденции, пути преодоления: пособие для педагогов и родителей.- М.: Владос.- 351 с. – 2003 г.;
3. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Профилактика наркомании и алкоголизма: учебное пособие для вузов.- М.: Академия.- 175 с. ISBN 5-7695-1320-4.- 2005 г.

5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

Учебные занятия по дисциплине проводятся в учебных аудиториях НФИ КемГУ:

224 Кабинет анатомии и медицинских знаний. Учебная аудитория для проведения:

- занятий лекционного типа;
- занятий семинарского (практического) типа;
- групповых и индивидуальных консультаций;
- текущего контроля и промежуточной аттестации.

Специализированная (учебная) мебель: доска меловая, столы, стулья.

Оборудование для презентации учебного материала: стационарное – телевизор; переносное - экран, ноутбук, проектор.

Лабораторное оборудование и материалы: тренажеры (сердечно-легочный, универсальный), микроскопы (10 шт.), тонометры (5 шт.), гигрометр, люксметр, спирометр, шумометр, фантом реанимационный, мешок для ИВЛ, набор «Имитаторы ранений и поражений», материалы для практических и лабораторных работ (шины, бинты, аптечки, медицинские инструменты и др.), нитрат-тестер, наборы учебных микропрепаратов анатомических, носилки тканевые.

Используемое программное обеспечение: MSWindows (MicrosoftImaginePremium 3 year по лицензионному

5.3.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

1. Web-Атлас: "Окружающая среда и здоровье населения России". Комплексный труд, в котором рассматриваются в первую очередь факторы и причины, определяющие здоровье нации. - <http://www.sci.aha.ru/ATL/ra00.htm>.

2. ScienceDirect издательства "Elsevier" ("Эльзевир") — крупнейший в мире электронный ресурс информации по науке, технологии, медицине - <http://www.sciencedirect.com>

3. Ресурс «База знаний по биологии человека» содержит учебники по молекулярной биологии человека, биохимии, физиологии, генной и белковой инженерии - <http://humbio.ru/>

6 Иные сведения и (или) материалы.

6.1.Примерные темы письменных учебных работ

6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации

Таблица 9 - Примерные теоретические вопросы и практические задания / задачи к промежуточному контролю

Разделы и темы	Примерные теоретические вопросы	Примерные практические задания / задачи
Введение. Предмет и задачи курса. Факторы, приводящие к употреблению наркотических средств.	1. Основные проблемы злоупотребления наркотическими веществами. 2. Дивиантное поведение подростков, как риск возникновения наркомании. 3. Культурный аспект злоупотребления наркотическими веществами. 4.Факторы риска возникновения химической зависимости у несовершеннолетних. 5. Понятие о психологической зависимости от наркотиков Абстинентный синдром	1. Перечислите концепции риска приобщения к употреблению наркотиков, алкоголя и других психоактивных веществ. В чем их суть?
Проблемы алкоголизма, влияние алкоголя на организм	6. Алкоголизм. Этиологические факторы. Роль этиологических факторов в возникновении алкоголизма. 7. Влияние алкоголя на системы организма. 8. Стадии алкоголизма, абстинентный синдром. 9. Особенности влияния алкоголя на женский организм	2. Расскажите о немедленном и отсроченном действии алкоголя. 3. Какие Вы знаете симптомы и синдромы, характеризующие зависимость от алкоголя и наркотиков? 4. Какие Вы знаете стадии развития зависимости от алкоголя?
Влияние курения на организм	10. Никотин и курение сигарет, подростковый никотинизм. 11. Влияние табакокурения на функциональное состояние организма человека 12. Особенности влияния табакокурения на женский организм 13. Марихуана, ее влияние на организм. 14. Выявление употребления марихуаны у подростков.	5. Расскажите о немедленном и отсроченном действии никотина.
Влияние наркотических анальгетиков на организм. Социальные и	15.Влияние систематического употребления наркотиков на организм человека. 16.Особенности влияния наркотических веществ на женский организм	6.Перечислите легальные психоактивные вещества. 7. Перечислите нелегальные психоактивные вещества относятся к нелегальным.

биологические проблемы наркомании	17. Устойчивое патологическое состояние организма наркомана.	8. Раскройте аспекты юридической и личной ответственности при употреблении легальных и нелегальных психоактивных веществ? 9. Расскажите о немедленном и отсроченном действии опиоидов. 10. Какие наркотики относятся к синтетическим? Дайте им краткую характеристику.
Влияние некоторых психотропных и седативных веществ на организм	18. Понятие наркомании токсикомании. Виды. 19. Классификация психотропных веществ. 20. Особенности действия на организм психотропных веществ. 21. Снотворные и седативные средства, вызывающие зависимость. 22. Влияние седативных препаратов на организм человека	11. Перечислите факторы риска употребления психоактивных веществ. 12. Расскажите о немедленном и отсроченном действии стимулирующих средств. 13. Расскажите о немедленном и отсроченном действии галлюциногенов. 14. Какова клиническая картина злоупотребления психоделическими препаратами типа ЛСД?
Методы лечения наркотической зависимости	23. Наркомания и социальная адаптация личности 24. Понятие о первичной и вторичной профилактики наркозависимости 25. Психологические аспекты первичной профилактики наркозависимости подростков	15. Расскажите о целях, задачах и методах первичной профилактики алкоголизма и наркоманий. 16. Каковы особенности вторичной профилактики зависимости от алкоголя и наркотиков? 17. Предложите краткий сценарий внеклассного мероприятия по профилактике вредных привычек у подростков

Составитель: Горохова Л.Г., канд. биол. наук, доцент