

Қазақстан Республикасының білім және ғылым министрлігі
Министерство образования и науки Республики Казахстан
«Атбасар ауданы, Атбасар қаласы, аграрлық - индустриалық колледж» МКҚК
ГККП «Аграрно-индустриальный колледж, город Атбасар, Атбасарский район»

БЕКІТЕМІН
Басшының оқу жұмысы
бойынша орынбасары
УТВЕРЖДАЮ
Заместитель
руководителя
по учебной работе
Г.Омарова
_____ 2021г



Жұмыс оқу бағдарламасы Рабочая учебная программа

Наименование дисциплины «Валеология» (факультатив)

Мамандық 0506000 «Шаштараз өнері және сәндік косметика»

Специальность 0506000 «Парикмахерское искусство и декоративная косметика»

Оқу түрі: негізгі орта білім негізде күндізгі

Форма обучения очная на базе основного среднего образования

Сағаттардың жалпы саны / Общее количество часов 22

Әзірлеуші/ Разработчик(-и) Жусупова Г.К. Жусупова Г.К.

Оқу-әдістемелік кеңестің отырысында қаралып бекітілді.

Рассмотрена и одобрена на заседании методической комиссии

2021 ж. « 31» 08 № 1 хаттама

Протокол № 1 от " 31" 08 2021 г.

Төраға /Председатель Р.Каппасова Р.Каппасова

Қазақстан Республикасының білім және ғылым министрлігі
Министерство образования и науки Республики Казахстан
«Атбасар ауданы, Атбасар қаласы, аграрлық - индустриялық колледж» МКҚК
ГККП «Аграрно-индустриальный колледж, город Атбасар, Атбасарский район»

БЕКІТЕМІН
Басшының оқу жұмысы
бойынша орынбасары
УТВЕРЖДАЮ
Заместитель
руководителя
по учебной работе
Г.Омарова
2021г



Жұмыс оқу бағдарламасы Рабочая учебная программа

Наименование дисциплины «Валеология» (факультатив)
Мамандық 1211000 «Тігін өндірісі және киімдерді үлгілеу»
Специальность 1211000 «Швейное производство и моделирование одежды»
Оқу түрі: негізгі орта білім негізде күндізгі
Форма обучения очная на базе основного среднего образования
Сағаттардың жалпы саны / Общее количество часов 22
Әзірлеуші/ Разработчик(-и) Жусупова Г.К. Жусупова Г.К.
Оқу-әдістемелік кеңестің отырысында қаралып бекітілді.
Рассмотрена и одобрена на заседании методической комиссии
2021 ж. «31» 08 № 1 хаттама
Протокол № 1 от "31" 08 2021 г.
Төраға /Председатель Каппасова Р. Р.Каппасова

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Методическое пособие, по которому составлена рабочая программа разработана по финансово-технической поддержке Странового офиса Фонда Организации Объединенных Наций в области народонаселения в Республике Казахстан (ЮНФПА), переработано и дополнено по инициативе и с участием Казахстанской ассоциации по половому и репродуктивному здоровью (КМПА)

Основные причины отсутствия у молодых людей и подростков навыков здорового образа жизни, подверженности их заражению инфекций, передающихся половым путем (ИППП) и ВИЧ, случаям нежелательной беременности, суицидального поведения – низкая информированность, вредные привычки, сниженная ответственность родителей, распространение наркомании и алкоголизма, недостаточный доступ к услугам по сохранению общего, сексуального и репродуктивного здоровья.

Организация образования играет ведущую роль в формировании у подростков навыков здорового образа жизни, безопасного поведения, повышения их информированности в вопросах сексуального и репродуктивного здоровья, профилактики нежелательной беременности, информирования ИППП и ВИЧ, насилия, суицидального поведения.

Цель курса:

Сформировать у учащихся осознание приоритетной роли здоровья в жизни человека, выработать потребность и навыки ведения здорового образа жизни.

Основные задачи – исследование и количественная оценка состояния здоровья и резервов здоровья человека; – формирование установки на здоровый образ жизни; – сохранение и укрепление здоровья и резервов здоровья человека через приобщение его к здоровому образу жизни.

В процессе изучения курса участникам предлагаются

- теоретические материалы (основные термины, понятия);
- диагностические методики, нацеленные на самопознание, самоанализ и самооценку (тестирование и самотестирование);
- предполагается обсуждение результатов диагностики;
- решение практических задач (ситуаций);
- деловая игра.

Программа построена с учетом информационной нагрузки и возрастных особенностей.

Программа курса рассчитана на 22 учебных часов.

Режим занятий: 2 часа в неделю

Курс состоит из четырех модулей:

Модуль 1 Валеология, как наука и предмет. Понятие о здоровье и здоровом образе жизни

Модуль 2 Инфекционные заболевания

Модуль 3 Нравственно – половое развитие человека

Модуль 4 Сохранение репродуктивного здоровья девушек и юношей

**Тематический план и содержание факультативного курса
«Валеология»**

Сабак урок	Тарау мен такырып атаулары Наименование разделов и тем	Сағат саны кол-во часов
Модуль 1	Валеология, как наука и предмет. Понятие о здоровье и здоровом образе жизни	4
1.1	Определение валеологии. Здоровье. Основные методы сохранения и укрепления здоровья.	2
1.2	Репродуктивное здоровье человека и демография. Факторы, влияющие на репродуктивное здоровье.	2
Модуль 2	Инфекционные заболевания	2
2.1	Инфекционные заболевания	2
Модуль 3	Нравственно-половое развитие человека	10
3.1	Что такое гендер, гендерное равенство, гендерное насилие	2
3.2	Ранние и насильственные браки	2
3.3	Насилие в семье. Насилие в колледже. Торговля людьми	2
3.4	«Люби и цени свою жизнь!» Профилактика суицидального поведения	2
3.5	Особенности подросткового возраста	2
Модуль 4	Сохранение репродуктивного здоровья девушек и юношей	6
4.1	Ответственность и последствия вступления в сексуальные отношения ВИЧ-инфекция	2
4.2	Инфекции, передающиеся половым путем и их последствия для репродуктивного здоровья	2
4.3	Предотвращение незапланированной беременности и ИППП, включая ВИЧ. Подростковая беременность.	2
	итого	22

Формы контроля уровня достижений учащихся и критерии оценки.

Формы промежуточного контроля: Наблюдение активности на занятии, беседа с обучающимися, анализ творческих работ, результатов выполнения диагностических заданий.

Формы итогового контроля: выходная оценка (тест) по программе.

Сабак урок	Тарау мен такырып атаулары Наименование разделов и тем
Модуль 1	Валеология, как наука и предмет. Понятие о здоровье и здоровом образе жизни
1.1	<p>Определение валеологии. Здоровье. Основные методы сохранения и укрепления здоровья - Валеология – это наука, или междисциплинарное направление, в основе которого лежит представление о генетических, психофизиологических резервах систем организма и организма в целом, обеспечивающих устойчивость физиологического, биологического, психологического и социокультурного развития и сохранение здоровья человека в условиях влияния на него меняющихся условий внешней и внутренней среды.</p>
1.2	<p>Репродуктивное здоровье человека и дефография. Факторы, влияющие на репродуктивное здоровье.- Репродуктивное здоровье представляет собой физическое, умственное и социальное благополучие, позволяющее производить потомство и сохранить психосексуальные отношения в семье. Репродуктивное здоровье означает не только отсутствие болезней половой системы, но также способность к зачатию, вынашиванию, рождению и вскармливанию грудным молоком.</p> <p>Репродуктивное здоровье россиян оставляет желать лучшего: растет число людей с бесплодием, подростки начинают вести половую жизнь слишком рано, увеличивается число абортов и заболеваний, передающихся половым путем (ЗППП). Люди репродуктивного возраста часто ведут неправильный образ жизни, что негативно отражается и на их детородной функции и на здоровье детей.</p>
Модуль 2	Инфекционные заболевания
2.1	<p>Инфекционные заболевания - группа заболеваний, вызываемых проникновением в организм патогенных (болезнетворных) микроорганизмов, вирусов и прионов. Для того, чтобы патогенный микроб вызвал инфекционное заболевание, он должен обладать вирулентностью (ядовитостью; лат. virus — яд), то есть способностью преодолевать сопротивляемость организма и проявлять токсическое действие.</p>
Модуль 3	Нравственно-половое развитие человека
3.1	<p>Что такое гендер, гендерное равенство, гендерное насилие - спектр характеристик, относящихся к маскулинности и фемининности. В зависимости от контекста, под такими характеристиками могут подразумеваться социальные структуры (в частности, гендерные и другие социальные роли) или гендерная идентичность^{[1][2][3]}.</p>

	<p>Гендерная идентичность не связана с сексуальной ориентацией^[4].</p> <p>В некоторых случаях понятие «гендер» ошибочно используется как синоним понятия «пол». В действительности, разграничение гендера и пола является фундаментальным, так как множественные различия между женщиной и мужчиной имеют и небιологические по своей природе причины^[5]. Понятие гендера затрагивает психические, культурные и социальные различия, а понятие пола — только физические (анатомические и физиологические) различия^[5].</p>
3.2	<p>Ранние и насильственные браки - Насильственный брак отличается от брака по договорённости, при котором оба супруга вступают в брак при участии родителей или третьей стороны (например, свахи) в подборе супруга, хотя это отличие может быть неявным. Брак по договорённости не является аналогом насильственного брака, поскольку в первом случае у стороны есть возможность отказаться от предложения, а во втором у неё такой возможности нет. Тем не менее, провести грань между насильственными браками и браками по договорённости зачастую сложно ввиду давления со стороны семьи и общества к принятию брака ради повиновения родителям.</p>
3.3	<p>Насилие в семье. Насилие в колледже. Торговля людьми - Жестокое обращение с детьми (а это несовершеннолетние граждане от рождения до 18 лет) включает в себя любую форму плохого обращения, допускаемого родителями, опекунами, попечителями (другими членами семьи ребенка), педагогами, представителями органов правопорядка.</p>
3.4	<p>«Люби и цени свою жизнь!» Профилактика суицидального поведения - Суицид - намеренное, умышленное лишение себя жизни, может иметь место, если проблема остается актуальной и нерешенной в течение нескольких месяцев и при этом ребенок ни с кем из своего окружения не делится личными переживаниями.</p> <p>ПРИЧИНЫ ПРОЯВЛЕНИЯ СУИЦИДА</p> <ul style="list-style-type: none"> • Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых; • Резкое повышение общего ритма жизни; • Социально-экономическая дестабилизация; • Алкоголизм и наркомания среди родителей; • Жестокое обращение с подростком, психологическое, физическое и сексуальное насилие; • Алкоголизм и наркомания среди подростков;
3.5	<p>Особенности подросткового возраста - У девочек появляются</p>

	<p>менструации. К 12—15 годам у мальчиков начинается рост волос на лице, теле, подмышечных впадинах, возникают поллюции — первый признак полового созревания юношей. В связи с быстрым развитием возникают трудности в функционировании сердца, лёгких, кровоснабжении головного мозга.</p> <p>В подростковом возрасте эмоциональный фон становится неровным, нестабильным.</p>
Модуль 4	Сохранение репродуктивного здоровья девушек и юношей
4.1	<p>Ответственность и последствия вступления в сексуальные отношения ВИЧ-инфекция - ВИЧ-инфэкция — медленно прогрессирующее заболевание^[2], вызываемое вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ)^{[3][4]}. Вирус поражает клетки иммунной системы, имеющие на своей поверхности рецепторы CD4: Т-хелперы, моноциты, макрофаги, клетки Лангерганса^[5], дендритные клетки, клетки микроглии^[6]. В результате работа иммунной системы угнетается, развивается <u>синдром приобретённого иммунного дефицита</u> (СПИД), организм больного теряет возможность защищаться от инфекций и опухолей, возникают оппортунистические заболевания, которые не характерны для людей с нормальным иммунным статусом^{[7][8][9][10][11][12]}.</p>
4.2	<p>Инфекции, передающиеся половым путем и их последствия для репродуктивного здоровья - Заболевания, передающиеся половым путём (ЗППП), или инфекции, передаваемые половым путём (ИППП) — под этими терминами понимают инфекционные заболевания, наиболее частым путём заражения которых является половой контакт.</p>
4.3	<p>Предотвращение незапланированной беременности и ИППП, включая ВИЧ. Подростковая беременность. - ВИЧ-инфекция у беременных — это хроническое прогрессирующее инфекционное заболевание, вызванное возбудителем из группы ретровирусов и возникшее до зачатия ребенка или в гестационном периоде. Длительное время протекает латентно. При первичной реакции проявляется гипертермией, кожной сыпью, поражением слизистых, преходящим увеличением лимфоузлов, диареей. В последующем возникает генерализованная лимфаденопатия, постепенно снижается вес, развиваются ВИЧ-ассоциированные расстройства. Диагностируется лабораторными методами (ИФА, ПЦР, исследование клеточного иммунитета). Для лечения и профилактики вертикальной трансмиссии применяется антиретровирусная терапия.</p>

Источник : Методическое пособие для преподавателей по введению усиленного компонента по охране сексуального и репродуктивного здоровья в предмет «Валеология»

