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 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.

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

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.

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

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Методическое пособие, по которому составлена рабочая программа разработан 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 наыки 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»

Сабақ урок	**Тарау мен тақырып 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 дефография. 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. Торгавля 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 незапланированой 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.

Содержание факультативного курса «Валеология»

Сабақ урок	**Тарау мен тақырып атаулары Наименование разделов и тем**
Модуль 1	**Валеология, как наука и предмет. Понятие о здоровье и здоровом образе жизни**
1.1	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.
1.2	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. 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.
Модуль 2	**Инфекционные заболевания**
2.1	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.
Модуль 3	**Нравственно-половое развитие человека**
3.1	Что такое гендер, гендерное равенство, гендерное насилие - спектр характеристик, относящихся к маскулинности и femininности. В зависимости от контекста, под такими характеристиками могут подразумеваться социальные структуры (в частности, гендерные и другие социальные роли) или гендерная идентичность[1][2][3].

	Гендерная идентичность не связана с сексуальной ориентацией[4]. 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 небиологические по своей природе причины[5]. Понятие гендера затрагивает психические, культурные и социальные различия, а понятие пола — только физические (анатомические и физиологические) различия[5].
3.2	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.
3.3	Насилие в семье. Насилие в колледже. Торгавля 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.
3.4	«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. ПРИЧИНЫ ПРОЯВЛЕНИЯ СУИЦИДА • 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	Особенности подросткового возраста - У девочек появляются

	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. В **подростковом возрасте** эмоциональный фон становится неровным, нестабильным.
Модуль 4	**Сохранение репродуктивного здоровья девушек и юношей**
4.1	Ответственность и последствия вступления в сексуальные отношения ВИЧ-инфекция - **ВИЧ-инфе́кция** — 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 **синдром приобретённого иммунного дефицита** (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].
4.2	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.
4.3	Предотвращение незапланированой 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.

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