

Министерство просвещения Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ульяновский государственный педагогический университет  
имени И.Н. Ульянова»  
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Естественно-географический факультет

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебно-методической  
работе С.Н. Титов

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ МОДУЛЬ**

Программа модуля

основной профессиональной образовательной программы высшего образования –  
программы бакалавриата по направлению подготовки  
44.03.01 Педагогическое образование,

направленность (профиль) образовательной программы  
География  
(заочная форма обучения)

Составитель: Анисимова Е.Ю., доцент  
кафедры географии и экологии

Рассмотрено и одобрено на заседании ученого совета естественно-географического  
факультета, протокол от «15» мая 2024 г. № 4

Ульяновск, 2024

## 1. Общая характеристика модуля

**Цель освоения модуля:** формирование у обучающихся компетенций в области здоровьесбережения и безопасности жизнедеятельности, а также формирование физической культуры личности, приобретение умений и способностей направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта ради сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности. Изучение дисциплин данного модуля направлено на освоение следующих компетенций: УК-7; УК-8; ОПК-3.

**Место модуля в ОПОП:** Модуль здоровья и безопасности жизнедеятельности относится к обязательной части блока 1 «Дисциплины (модули)» образовательной программы бакалавриата. Дисциплины модуля здоровья и безопасности жизнедеятельности изучаются в 1-3 семестрах. Для освоения дисциплин модуля обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности, сформированные в процессе изучения предметов «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Основы медицинских знаний», «Безопасность жизнедеятельности», «Физическая культура», «Физическая культура и спорт» (элективная дисциплина) и являются основой для прохождения производственной (педагогической) практики адаптационной.

**Структура и объем модуля:** общая трудоемкость модуля – 5 з.е. часов элективная дисциплина «Физическая культура и спорт».

№ п/п	Наименование дисциплин, практик	Семестр	Кол-во зачетных единиц	Форма контроля	Компетенции
1	Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья	1	1	зачет	УК-7.1; УК-7.2
	Основы медицинских знаний	2	1	зачет	УК-8.1; УК-8.2; ОПК-3.1
2	Безопасность жизнедеятельности	3	2	зачет	УК-8.1; УК-8.2; УК-10.1; УК-10.2
4	Физическая культура и спорт	1	1	зачет	УК-7.1; УК-7.2
	Итого	-	5	-	-

**Образовательные технологии.** В образовательном процессе применяются методы проблемного, проектного обучения, а также личностно-ориентированные технологии. Задания для контактной и самостоятельной работы предусматривают решение учебных кейсов, ситуационных задач.

**Форма промежуточной аттестации по модулю** – не предусмотрена. Итогом изучения модуля является совокупность результатов обучения по дисциплинам и практикам, входящим в состав учебного модуля, определяемых соответствующими оценочными средствами.

Текущий контроль и промежуточная аттестация осуществляется в рамках реализации программ дисциплин, практик, входящих в структуру модуля.

## 2. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по модулю.

№ п/п	Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
<b>Главный корпус</b>			
1	<p>Читальный зал университета, главный корпус для самостоятельной подготовки</p>	<p>Ноутбук Lenovo IdeaPad B590 Intel Pentium Dual-Core B960 2.2Ггц 4G/500G/DVD-RW15.6*/Windows 7 Home -7шт;            Ноутбук 15,6 ACER Packard Bell EasyNote ENTE11HC-B9604G50MNKS-8шт;            Стол-18 шт;            Стол преподавателя-1шт;            Библиотечная кафедра-1шт;            Книжный стеллаж-1шт;            Шкаф-стеллаж комбинированный -5шт;            Стул Джуно-52шт;            Стойка для рекламных материалов напольная сетчатая на 9 лотков-3шт;            Тюль -8шт;            Шторы кричевые-15шт;            Шкаф пожарный ШПК-002-1шт;            Колонны-15шт;            Арк.стекло-24шт.</p>	<p><b>Ноутбук ACER Packard Bell EasyNote ENTE11HC-B9604G50MNKS</b>  <b>Лицензионные программы</b>            * Архиватор 7-Zip, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.            * Операционная система Windows 8 OEM, договор №220 от 18.03.2013 г., действующая лицензия.            * Офисный пакет программ OfficeProPlus 2013 RUS OLP NL Acdmc, Open License: 62176011, договор №220 от 18.03.2013 г., действующая лицензия.            * Программа для просмотра файлов формата DjVu WinDjView, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.            * Программа для просмотра файлов формата PDF Adobe Reader XI, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.            * Яндекс Браузер, свободно распространяемое программное обеспечение.  <b>Ноутбуки Lenovo IdeaPad B590</b>  <b>Лицензионные программы</b>            * Архиватор 7-Zip, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.            * Операционная система Windows 7 Pro, договор №0368100013813000050-0003977-01 от 02.10.2013 г., действующая лицензия.            * Офисный пакет программ OfficeProPlus 2013 RUS OLP NL Acdmc, Open License: 62176011, договор №220 от</p>

			<p>18.03.2013 г., действующая лицензия.</p> <p>* Программа для просмотра файлов формата DjVu WinDjView, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.</p> <p>* Программа для просмотра файлов формата PDF Adobe Reader XI, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.</p> <p>* Яндекс Браузер, свободно распространяемое программное обеспечение.</p>
2	Легкоатлетический манеж	<p>Стол ученический –15 шт;</p> <p>Стул ученический – 20 шт;</p> <p>Шкаф двухстворчатый закрытый книжный – 3шт;</p> <p>Стеллаж открытый – 1шт;</p> <p>Шкаф книжный закрытый – 1 шт;</p> <p>Баннер – 2 шт;</p> <p>Шведская стенка -31 шт;</p> <p>Кольцо баскетбольное с амортизатором – 4 шт;</p> <p>Скамья в спортивный зал – 10 шт;</p> <p>Скамья для жима лежа-1шт;</p> <p>Табло универсальное – 1 шт;</p> <p>Щит баскетбольный игровой, оргстекло – 4 шт;</p> <p>Сетка заградительная – 2 шт;</p> <p>Вышка судейская волейбольная – 1 шт;</p> <p>Ворота для мини-футбола – 1 шт;</p> <p>Стол для настольного тенниса – 4 шт;</p> <p>Система Промышленный альпинизм – 4 шт;</p> <p>Стол теннисный – 1 шт;</p> <p>Тренажер для жима ногами + машина GLPH 1100 – 1 шт;</p> <p>Тренажер беговая дорожка – 2 шт;</p> <p>Комплект дисков для штанги – 1 шт;</p> <p>Гриф для штанги – 1 шт;</p> <p>Большие маты поролоновые в чехлах ПВХ 2,0х1, 0х5мм – 4 шт;</p> <p>Защита на баскетбольные щиты – 2 шт;</p> <p>Оборудование для занятий настольным теннисом – 1 шт;</p> <p>Телевизор LED Filips-40 PTF 4100/60 (черный) – 1 шт;</p> <p>Музыкальный центр-1шт;</p> <p>Скамья многофункциональная – 1 шт;</p>	

	<p> Велотренажер-1 шт;  Комплект защиты на волейбольные стойки – 1 шт;  Палатка – 4 шт;  Лыжи гоночные Fischer в комплекте-5шт;  Лыжи Fischer – 3 пары;  Лыжи беговые Fischer – 4пары;  Колодки стартовые – 4 шт;  Мяч волейбольный – 5 шт;  Стойка волейбольная универсальная со стаканом (комплект) – 1 шт;  Стойка волейбольная (комплект) – 1шт;  Гимнастические палки – 20 шт;  Обруч – 20 шт;  Конусы сигнальные – 10 шт;  Скакалка – 20 шт;  Маты гимнастические – 15 шт;  Мяч для мини-футбола – 15 шт;  Мяч для баскетбола – 10 шт;  Ракетка для большого тенниса – 3 шт;  Ракетка для бадминтона – 8 шт;  Ракетка для настольного тенниса – 10 шт;  Сетка для настольного тенниса – 5 шт;  Сетка для бадминтона – 1 шт;  Форма баскетбольная – 24 комплекта;  Форма футбольная (женская) – 12 комплекта;  Форма футбольная (мужская) – 15 комплекта;  Костюм (парадный) «Асикс» - 32 комплекта;  Кроссовки – 25 пар;  Костюм ветрозащитный – 40 комплекта;  Ноутбук Lenovo G560 с пред.програм.обеспеч.;  Проектор 2100 Ahsi lm 1024*07686 Acer XD 1250P 220061. DLP 2.3 кг. – 1 шт.;  экран на штативе Professional 200*200 см. Matte White S – 1 шт.  Магнитола с CD плеером LG SB-74. </p>	
--	---	--

3	Аудитория № 217 для лекционных занятий	Посадочные места – 72; Комплект учебной мебели – 2 шт; Кафедра – 1 шт; Стул ученический – 2 шт; Стол под кафедру – 1 шт; Стол однотоумбовый - 1шт; Стол двухтумбовый - 1шт; Доска ДК11Э2010-1шт; Жалюзи – 2 шт; Интерактивный комплекс EDFLAT ED75CT - 1шт.	Windows 10 Pro, Контракт № 0368100013822000052, (25.11.2021г.) - Офисный пакет программ Microsoft Office ProPlus 2013, Гражданско-правовой договор 0368100013813000026-0003977-02 от 17.06.2013 г., действующая лицензия. Яндекс Браузер, свободно распространяемое программное обеспечение. Архиватор 7-Zip, свободно распространяемое программное обеспечение. Adobe Acrobat, свободно распространяемое программное обеспечение. Яндекс.Телемост, свободно распространяемое программное обеспечение
4	Аудитория № 440 для лекционных занятий	Посадочные места – 115 Стол преподавательский – 2 шт; Трибуна – 1 шт; Комплект столов 2-х местных – 17 шт; Комплект столов 3-х местных – 27 шт; Комплект стульев 2-х местных – 17 шт; Комплект стульев 3-х местных – 27 шт; Доска аудиторная 2-х ств. – 1 шт; Стул «Форма» - 1 шт; Стул ученический – 3 шт; Огнетушитель порошковый ОП-4(3) – ABCЕ – 1 шт; Кондиционер Bailu MACHINE – 1 шт; Жалюзи белые – 5 шт; Часы -1 шт. Оборудование: Шкаф телекоммуникационный АМЕТ-12U-600*600(RAL 9005)-М – 1 шт; Полка перфорированная консольная 2U. глубина 400 мм – 1 шт. Радиосистема Volta US-102 – 1 шт; Системный блок (CPUAMDRyzen 5 2600-MBB450/16GbRAMDDR4/SSD 240G/SATA1TB/videoPCI-E4GB/ATX 600W) – 1 шт; Источник бесперебойного	<b>Лицензионные программы</b> * Архиватор 7-Zip, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Операционная система Windows 7Pro, договор № 0368100013813000050-0003977-01 от 02.10.2013 г., действующая лицензия. * Офисный пакет программ OfficeProPlus 2013 RUS OLP NL Acdmc, договор №797 от 05.09.2013 г., действующая лицензия. * Программа для просмотра файлов формата DjVuWinDjView, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Программа для просмотра файлов формата PDF AdobeReader XI, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Яндекс Браузер, свободно распространяемое программное обеспечение

		питания Powercom KIN-2200AP LCD (2200VA) – 1 шт; Предусилитель Denon DN-312X - 1 шт; Комплект для передачи (удл) HDMI сигнала по одному кабелю витой пары KramerPT-571 – 1 шт; Проектор Epson EB-L510U – 1 шт; Экран для проектора Classic Solution Premier Draco F 294*166/9 PW-PD/S – 1шт.	
5	Аудитория № 444 для семинарных и практических занятий	Посадочные места – 30. Стол ученический двухместный – 15 шт; Стол преподавателя – 1 шт; Стул ученический – 30 шт; Стол компьютерный прямой с тумбой – 1 шт; Стол ученический – 18 шт; Жалюзи- 3 шт; Шкаф со стеклом – 2шт; Шкаф книжный закрытый-6шт; Атлас диалектологический – 20 шт; Комплект мультимедийного оборудования: Видеомагнитофон «Сони» -1шт; Доска 3 элементная с 5-ю рабочими поверхностями магнитно-меловая ТЭ 400М - 1шт; Комплект мультимедийного оборудования:интерактивная электронная доска SMART 660 диагональ 647162,6см-1шт; Музыкальный центр «Самсунг» - 1шт; Мультимедийный проектор PE LD 04-1шт; Ноутбук AcerAspireM3 - 581TGC15-3317U 15"4GB 500+20GBW8 NXRYKER 034 - 1шт; Атлас диалектологический – 20 шт.	<b>Ноутбук AcerAspire M3-581</b> Предустановленная операционная система Windows 7 Home Premium (64 bit) Гражданско-правовой договор № 0368100013812000010-0003977-01 «22» сентября 2012 г. * Офисный пакет программ Microsoft Office Standard 2010 OLP NL Academic, OpenLicense: 60696830, договор №200712-1Ф от 20.07.2012 г., действующая лицензия * Архиватор 7-Zip, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. EAV-0120085134, контракт №260916 – ЛД от 12.12.2016г., действующая лицензия. * Программа для просмотра файлов формата DjVu WinDjView, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Программа для просмотра файлов формата PDF Adobe Reader XI, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. * Яндекс Браузер, свободно распространяемое программное обеспечение
6	Аудитория № 445 для семинарных и практических занятий	Посадочные места – 30. Стол ученический одноместный (трапециевидный) – 30 шт; Стол компьютерный угловой – 1 шт; Стул ученический – 32 шт; Стул ИЗО – 1 шт; Столы – 2 шт; Жалюзи – 3 шт. Комплект мультимедийного	<b>ноутбук HP Pavilion g6-2364</b> Предустановленная операционная система Microsoft Windows версии 8 PRO (64 bit) Гражданско-правовой договор №0368100013813000032-0003977-01 от 09.07.2013 г. * Офисный пакет программ Microsoft Office ProPlus 2013, договор №0368100013813000032-0003977-01 от 09.07.2013 г.

	<p>оборудования:</p> <p>Доска для мела магнитно-маркерная двусторонняя передвижная, 90*120см BRAUBERG-1шт;</p> <p>Доска магнитно-маркерная 2х3 трехэлементная 100*150*300 см-1шт;</p> <p>Доска магнитно-маркерная 90*120 см-1шт;</p> <p>Информационный стенд факультета университета (2000*1500мм) -1шт;</p> <p>Информационный стенд факультета университета (2000*1500мм) -1шт;</p> <p>Мультимедийный класс в составе:</p> <p>Интерактивная система SMART Boaro SB685-1шт;</p> <p>Ноутбук HP Pavilion g6-2364/мышь .кабель, коммутатор-D-Link -1шт;</p> <p>Телевизор "Тошиба" -1шт</p>	<p>* Архиватор 7-Zip, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано. EAV-0120085134, контракт №260916 – 1ЛД от 12.12.2016г., действующая лицензия.</p> <p>* Программа для просмотра файлов формата DjVu WinDjView, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.</p> <p>* Программа для просмотра файлов формата PDF Adobe Reader XI, открытое программное обеспечение, бесплатная лицензия, пролонгировано.</p> <p>* Яндекс Браузер, свободно распространяемое программное обеспечение.</p> <p>* Учебное программное обеспечение Smart Notebook, Гражданско-правовой договор №0368100013813000032-0003977-01 от 09.07.2013 г., действующая лицензия.</p>
--	---	--

**Электронные библиотечные системы (ЭБС), с которыми сотрудничает  
«УлГПУ им. И.Н. Ульянова» в модуль**

№	Название ЭБС	№, дата договора	Срок использования	Количество пользователей	Ссылка на ЭБС
1	«ЭБС ZNANIUM.COM»	Договор № 836 от 23.05.2023 Договор № 334 от 19.04.2024	с 01.06.2023 по 31.05.2024 с 1.06.2024 по 31.05.2025	8 000	<a href="https://znanium.com/">https://znanium.com/</a>
2	ЭБС «Университетская библиотека онлайн» (+коллекция Мультимедиа-Аудиокниги для инклюзивного образования)	Договор № 1362 от 14.11.2023	с 22.11.2023 по 21.11.2024	8 000	<a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&amp;view=main_ub">https://biblioclub.ru/index.php?page=book_blocks&amp;view=main_ub</a>
3	ЭБС «ЮРАЙТ» коллекция «Легендарные книги» Коллекция СПО	Договор № 2816 от 27.11.2019 Договор № 1304 от 24.10.2023	с 27.11.2019 с последующей пролонгацией на каждый последующий год с 01.11.2023 по 31.10.2024	100% 78	<a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a> <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>

4	ЭБС «Лань» коллекции (+произведения для лиц с проблемами зрения)	Договор № 178 от 20.03.2024	с 20.03.2024 по 20.03.2025	100%	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
5	ООО «Издательство Лань» Сетевой педагогический университет	Договор № ЭБ СПУ 1678 от 31.05.2018	с 31.05.2018 с последующей пролонгацией на каждый последующий год	100%	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
6	Национальная электронная библиотека	Договор № 101/НЭБ/6623 от 25.02.2020	С 25.02.2020 по 25.02.2025 с последующей пролонгацией на следующие 5 лет	100%	<a href="https://rusneb.ru/">https://rusneb.ru/</a>
7	ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа» ЭБС IPR SMART Доступ к произведениям НОП «Открытое педагогическое образование» (научно-образовательной платформы ЭБС)	Соглашение № 2325 от 16.11.2021	С 16.11.2021 с последующей пролонгацией на каждый последующий год	100%	<a href="https://www.iprbookshop.ru/">https://www.iprbookshop.ru/</a>
8	ООО «ИВИС»	Контракт № 342/2023 от 12.12.2023	С 01.01.2024 по 31.12.2024	100%	<a href="http://www.eivis.ru/">http://www.eivis.ru/</a>
9	Президентская библиотека имени Б.Н. Ельцина	Соглашение № 24/24-с от 25.01.2024 г.	бессрочно	100%	<a href="https://www.prlib.ru/">https://www.prlib.ru/</a>

Лист согласования рабочей программы модуля

**Рабочая программа модуля «Здоровьесберегающий модуль»**

Составитель: Е.Ю. Анисимова – Ульяновск: УлГПУ, 2024.  
Направлению подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование  
Профиль: География

Программа составлена с учетом федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации, и в соответствии с учебным планом.  
Составители Е.Ю. Анисимова

Рабочая программа модуля одобрена на заседании кафедры географии и экологии «25» апреля 2024 г., протокол № 9.  
Заведующий кафедрой

Е.Ю. Анисимова      Анисимова Е.Ю.      25.04.2024г.  
личная подпись      расшифровка подписи      дата

Рабочая программа модуля согласована с библиотекой, центром информационных технологий, административно-хозяйственным отделом.  
Директор библиотеки

Насырова Е.П.      Насырова Е.П.      25.04.2024г.  
личная подпись      расшифровка подписи      дата

Директор центра информационных технологий

Шабанов Е.В.      Шабанов Е.В.      25.04.2024г.  
личная подпись      расшифровка подписи      дата

Начальник административно-хозяйственного отдела

Кравченко Т.Б.      Кравченко Т.Б.      25.04.2024г.  
личная подпись      расшифровка подписи      дата

Программа рассмотрена и одобрена на заседании ученого совета естественно-географического факультета «15» мая 2024 г., протокол № 4

Председатель ученого совета естественно-географического факультета

Фролов Д.А.      Фролов Д.А.      15.05.2024г.  
личная подпись      расшифровка подписи      дата