Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Жуйкова Татьяна Валерьевна
Должность: Директор
Дата подписания: 02.02.2024 14:12:05
Уникальный программный ключ:
d3b13764ec715c944271e8630f1e6d3513421163

Министерство просвещения Российской Федерации
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)
федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»
Факультет психолого-педагогического образования
Кафедра психологии и педагогики дошкольного и начального образования

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.О.03.02 «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ОБРАЗОВАНИИ»

Направление подготовки	44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование
Профиль программы	«Логопедия»

Автор(ы): к.п.н, доцент, зав. кафедрой ППО Малеева Е. В.

Одобрена на заседании кафедры психологии и педагогики дошкольного и начального образования. Протокол от 19.01.2024 № 5.

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности научно-методической комиссией ФППО НТГСПИ(ф) РГППУ. Протокол от 23.01.2024 № 3.

Нижний Тагил
2024

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цельосвоения дисциплины: формирование валеологической компетентности будущих бакалавров посредством овладения системой научных знаний в области профилактики здорового образа жизни, охраны здоровья, формирования у студентов понимания специфики современного образования.

Задачи:

1. Формирование знаний обосновах организации и ведения здорового образа жизни.
2. Формирование умений анализировать здоровьесберегающие образовательные системы, теоретически обосновывать выбор направления педагогической деятельности на основе валеологического подхода, описывать образ жизни дезадаптированных детей и находить пути профилактики и реабилитации.
3. Применение в своей профессиональной деятельности психолого-педагогических технологий, обеспечивающих индивидуальный подход к обучению, развитию и воспитанию обучающихся, к проведению индивидуальных воспитательных мероприятий и реализации образовательных программ с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина входит в обязательную часть основной образовательной программы подготовки бакалавра по направлению 44.03.03Специальное (дефектологическое) образование, профиль «Логопедия», модуль «Здоровьесберегающий».

Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии в педагогическом образовании» изучается в четвертом семестре и по содержанию тесно связана с дисциплинами «безопасность жизнедеятельности» и «Физическая культура и спорт».

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование и развитие следующей профессиональнойкомпетенции**:**

Наименование категории (группы) компетенций	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	УК 7.1. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности
		УК 7.2. Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья
Безопасность жизнедеятельности	УК8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в	УК 8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности
		УК 8.2. Знает и может применять методы

	профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения
Психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности	ОПК-6. Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	ОПК 6.1. Осуществляет отбор психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных) и применяет их в профессиональной деятельности с учетом различного контингента обучающихся
		ОПК 6.2. Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить индивидуализацию обучения, развития, воспитания, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Вид работы	Форма обучения
	Заочная
	4 семестр
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	**108**
Контактная работа, в том числе:	**10**
Лекции	6
Практические занятия	4
Самостоятельная работа, в том числе:	**94**
Изучение теоретического курса	30
Выполнение практических и проектных работ	30
Самоподготовка к текущему контролю знаний	34
Подготовка к зачету, сдача зачета	4

4.2. Тематический план дисциплины (заочная форма обучения)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов	Контактная работа		Сам. работа
		Лекции	Практич. занятия	
2 курс, 4 семестр				
1.Сущность, понятие и факторы здоровья.	10	1		9
2.Физическое и психическое здоровье, их взаимосвязь.	10	1		9
3.Механизмы сохранения и укрепления здоровья.	10	1		9
4. Компоненты здорового образа жизни: общая характеристика.	10	1		9
5.Здоровьесберегающая деятельность педагога в учреждении общего образования.	10	1		9
6.Здоровьесберегающие технологии и их классификация.	10	1		9
7. Технологии сохранения и стимулирования здоровья	9,5		0,5	9
8. Технологии обучения здоровому образу жизни	9,5		0,5	9
9. Коррекционные технологии	10,5		0,5	10
10.Охрана здоровья и организация здорового образа жизни детей группы риска.	10,5		0,5	10
Зачет	2			2
Всего в часах:	**108**	**6**	**4**	**94**
Всего в зачетных единицах:	**3**			

4.3. Содержание дисциплины

Тема 1.СУЩНОСТЬ ПОНЯТИЕ И ФАКТОРЫ ЗДОРОВЬЯ.

Валеология – область знаний о здоровье и здоровом образе жизни, ее объект, предмет и задачи.

Здоровье, его компоненты: соматическое, физическое, психическое и нравственное здоровье. Критерии и признаки здоровья. Понятие качества, количества, резерва здоровья. Индивидуальное здоровье как состояние физического, психического и социального благополучия. Общественное здоровье. Здоровье в системе ценностей на разных этапах жизненного пути. Противоречия в отношении человека к здоровью на этапе детства, в подростковом возрасте, в юности.

Факторы, влияющие на сохранение и укрепление здоровья: образ жизни, наследственность, экология. Среда обитания человека. Влияние на здоровье человека факторов окружающей среды: солнечного излучения, температуры и влажности воздуха, атмосферного давления, электромагнитного поля Земли.

Социальные явления, препятствующие сохранению здоровья. Социальные болезни: алкоголизм, наркомания, токсикомания, СПИД и др. «Болезни цивилизации», связанные с техническим прогрессом и экологией.

Тема 2. ФИЗИЧЕСКОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ, ИХ ВЗАИМОСВЯЗЬ

Физическое развитие и здоровье детей. Двигательная активность как фактор здоровья и компонент здорового образа жизни. Значение движения для здоровья и жизни человека: влияние движения на развитие и формирование органов; влияние движения на деятельность головного мозга. Принципы организации двигательного режима учащегося.

Психическое здоровье как состояние душевного благополучия, полноценной психологической деятельности человека, выражающееся в бодром настроении, хорошем самочувствии, его активности. Критерии психического здоровья: осознание и чувство непрерывности, постоянства и идентичности своего физического и психического «Я», чувство постоянства и идентичности переживаний в однотипных ситуациях, критичность к себе и своей собственной психической продукции (деятельности) и ее результатам, соответствие психических реакций (адекватность) силе и частоте средовых воздействий, социальным обстоятельствам и ситуациям, способность самоуправления поведением в

соответствии с социальными нормами, правилами, законами, способность планировать собственную жизнедеятельность и реализовывать эти планы, способность изменять способ поведения в зависимости от смены жизненных ситуаций и обстоятельств.

Тема 3. МЕХАНИЗМЫ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ

Представление о механизмах поддержания и укрепления здоровья. Адаптация: биологическая и социальная. Учение о гомеостазе как способности биологических систем противостоять изменениям и сохранять динамическое постоянство состава и свойств. Резервы адаптационных возможностей в организме. Стресс. Фазы развития адаптационных реакций при стрессе. Психическая адаптация. Социальная адаптация как процесс взаимодействия личности с социальной средой.

Тема 4. КОМПОНЕНТЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ: ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

Понятие здорового образа жизни. Рациональное питание и его особенности для различных категорий детей с учетом возраста и состояния здоровья.Регулярные физические нагрузки и принципы их нормирования. Личная гигиена и закаливание организма.Отказ от вредных привычек как основа здорового образа жизни.

Тема 5. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПЕДАГОГА В УЧРЕЖДЕНИИ ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Задачи и действия педагогического коллектива в рамках применения технологий здоровьесбережения.

Здоровьесберегающие основы стратегии и тактики педагогической деятельности. Мониторинг состояния здоровья детей. Учет особенностей возрастного развития детей в образовательном процессе. Создание благоприятного эмоционально-психологического климата. Формирование у детейценностно-ориентированных установок, знаний, умений и навыков, необходимых для здоровьесбережения и здорового образа жизни.

Требования к организации учебных занятий с позиций здоровьесбережения.

Тема 6. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ И ИХ КЛАССИФИКАЦИЯ

Медико-гигиенические технологии. Физкультурно-оздоровительные технологии. Экологические здоровьесберегающие технологии. Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности. Здоровьесберегающие образовательные технологии: организационно-педагогические технологии, психолого-педагогические технологии, учебно-воспитательные технологии, социально адаптирующие и личностно-развивающие технологии.

Тема 7. ТЕХНОЛОГИИ СОХРАНЕНИЯ И СТИМУЛИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ

Стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика для глаз, пальчиковая, дыхательная, бодрящая, ортопедическая

Тема 8. ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

Физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия), коммуникативные игры, занятия из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж, биологическая обратная связь

Тема 9. КОРРЕКЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Арт-терапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика

Тема 10. ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕТЕЙ ГРУППЫ РИСКА

Характеристика здоровья детей группы риска. Социальные факторы риска. Социальные болезни детей: алкоголизм, наркомания, токсикомания, табакокурение. Социальная статистика и динамика детских заболеваний. Взаимодействие образовательных и медицинских учреждений в решении проблем больного ребенка. Профилактика социальных болезней детей и подростков. Роль социально-педагогического посредничества в охране здоровья и организации здорового образа жизни детей группы риска. Специфика валеологического подхода к оздоровлению социальной ситуации развития детей без определенного места жительства, социальных сирот, наркоманов, токсикоманов и т.д.

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Структура содержания курса «Здоровьесберегающие технологии в образовании» представляет собой систему лекционных и практических занятий.

На *лекционных занятиях* раскрываются наиболее крупные теоретические проблемы в сфере здоровьесбережения, формирования у детей разных возрастных периодов основ здорового образа жизни. Лекционный материал призван побуждать студентов задавать вопросы и формировать у них потребность найти ответы в разнообразных источниках.

Специфика *практических занятий* курса «Здоровьесберегающие технологии в образовании» состоит в том, что они ориентированы на решение практических валеологических задач, предполагают активную опору на самостоятельную работу студентов.

В соответствии с требованиями ФГОС ВПО по направлению подготовки «Психолого-педагогическое образование» в процессе реализации программы «Здоровьесберегающие технологии в образовании» предусмотрено использование активных и интерактивных форм проведения занятий (деловых и ролевых игр, анализ конкретных валеологических ситуаций, учебных дискуссий, проектных технологий).

С учетом этого требования практические занятия по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в образовании», проводятся в проблемно-диалоговой форме, которая позволяет студентам анализировать и оценивать качество и содержание сообщений однокурсников, а педагогу, выступающему в качестве активного участника учебной дискуссии, сообщать учебную информацию (вводную, уточняющую, дополняющую, корректирующую) в дополнение к выступлениям студентов, контролировать и оценивать качество их учебно-научной работы.

Диалоговая форма проведения практических занятий требует соблюдения ряда условий:

– преподаватель не только признает право студента на собственное суждение, но и побуждает к нему;

– новое знание воспринимается как истина не столько в силу авторитета преподавателя, сколько в силу доказательства истинности рассуждений участников диалога, в, т.ч. и преподавателя;

– диалог со студентами строится таким образом, чтобы подвести их к самостоятельным выводам, сделать соучастниками поиска.

Каждое практическое занятие включает решение практических задач, связанных с осмыслением и оценкой педагогических ситуаций и разработкой небольших по объему педагогических проектов.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Основная литература

1. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании: учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 282 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534- 07354-6. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: http://biblio-online.ru/bcode/452423

2. Тихомирова, Л. Ф. Здоровьесберегающая педагогика : учебник для вузов / Л. Ф. Тихомирова, Т. В. Макеева. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 251 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06930-3. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL:http://biblio-online.ru/bcode/455481

Дополнительная литература

1. Айдаркин, Е. К. Возрастные основы здоровья и здоровьесберегающие образовательные технологии / Е. К. Айдаркин, Л. Н. Иваницкая. — Ростов-на-Дону: Издательство Южного федерального университета, 2008. — 176 с. — ISBN 978-5-9275-0413-8. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/47035.html

2. Вайнер, Э. Н. Валеология: учебное пособие - практикум / Э. Н. Вайнер, Е. В. Волынская. — 3-е изд., стер. — Москва: ФЛИНТА, 2018. — 310 с. — ISBN 978-5-89349-387-0. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/109527.

3. Морозов, В. О. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе школы (теоретико-практические аспекты) : монография / В. О. Морозов. — 2-е изд. — Москва: ФЛИНТА, 2015. — 188 с. — ISBN 978-5-9765-2442-2. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/72664

4. Петряков, П. А. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе: учебное пособие для вузов / П. А. Петряков, М. Е. Шувалова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 197 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07603-5. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: http://biblio-online.ru/bcode/452888

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Программное обеспечение:

1. Операционная система Windows.
2. Офисная система OfficeProfessionalPlus.

Информационные системы и платформы:

1. Система дистанционного обучения «Moodle».
2. Информационная система «Таймлайн».
3. Платформа для организации и проведения вебинаров «MirapolisVirtualRoom».

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Учебная аудитория № 104Б для проведения занятий лекционного типа, семинарского (практического) типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации:

комплект учебной мебели для обучающихся (24 посадочных места);

комплект мебели для преподавателя (1 рабочее место);

технические средства обучения: диван угловой, кресло-груша 2, сенсорная панель, стол с подсветкой для рисования песком, аромалампа, световой пучок, сухой бассейн, сухой душ, телевизор, проектор, DVD-проигрыватель, сенсорная тропа, пузырьковая колонна;

вспомогательные средства обучения: наборы учебно-наглядных пособий.

Помещения для самостоятельной работы:

Читальный зал (ауд. № 224В). Помещение для самостоятельной работы:

комплект специализированной мебели (156 посадочных мест);

компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации (компьютер – 12 шт.);

комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства.

Кабинет информатики (компьютерный класс, ауд. № 201Аа). Помещение для самостоятельной работы:

комплект учебной мебели для обучающихся (11 посадочных мест);

компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации (компьютер – 11 шт.);

комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства.

Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования: кабинет 123А