

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«БРАТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

БАЗОВАЯ КАФЕДРА ИСТОРИИ ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ



УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной работе
Е.И.Луковникова

«30» мая 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.Б.11 ОСНОВЫ ВАЛЕОЛОГИИ

СПЕЦИАЛЬНОСТЬ

44.05.01 Педагогика и психология девиантного поведения
Специализация

Психолого-педагогическая профилактика девиантного поведения
Программа специалитета

Квалификация (степень) выпускника: социальный педагог

Программа составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по специальности 44.05.01. Психология и педагогика девиантного поведения от 19.12.2016 г. №1611 и учебным планом ФГБОУ ВО «БрГУ» от 01.04.2019 г. №196 для очной формы обучения.

1.	ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	3
2.	МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	4
3.	РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОБЪЕМА ДИСЦИПЛИНЫ	
3.1	Распределение объёма дисциплины по формам обучения.....	4
3.2	Распределение объёма дисциплины по видам учебных занятий и трудоемкости	5
4.	СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	5
4.1	Распределение разделов дисциплины по видам учебных занятий	5
4.2	Содержание дисциплины, структурированное по разделам и темам	8
4.3	Лабораторные работы.....	21
4.4	Семинары / практические занятия.....	22
4.5.	Контрольные мероприятия: курсовой проект (курсовая работа), контрольная работа, РГР, реферат.....	22
5.	МАТРИЦА СООТНЕСЕНИЯ РАЗДЕЛОВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ К ФОРМИРУЕМЫМ В НИХ КОМПЕТЕНЦИЯМ И ОЦЕНКЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	23
6.	ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	
7.	ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	24
8.	ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО – ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ» НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	
9.	МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ.....	25
9.1.	Методические указания для обучающихся по выполнению лабораторных работ/ семинаров / практических работ	27
9.2.	Методические указания по выполнению курсового проекта (курсовой работы), контрольной работы, РГР, реферата	35.
10.	ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ	36
11.	ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ	37
	Приложение 1. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.....	37.
	Приложение 2. Аннотация рабочей программы дисциплины	42
	Приложение 3. Протокол о дополнениях и изменениях в рабочей программе	43
	Приложение 4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости по дисциплине.....	44

1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Вид деятельности выпускника

Дисциплина охватывает круг вопросов относящихся к педагогическому виду профессиональной деятельности выпускника в соответствии с компетенциями и видами деятельности, указанных в учебном плане.

Цель дисциплины

Формирование образовательных и научно-исследовательских компетенций при решении задач в области здоровьесбережения; гуманистической, толерантной, рефлексивной позиции в практике охраны жизни и здоровья человека.

Задачи дисциплины

- ознакомление студентов с концептуальными основами здоровьесбережения в системе образования как необходимым условием воспитания здорового молодого поколения и оздоровления российского общества;
- формирование гуманистического мировоззрения и культуры здоровья;
- воспитание навыков здорового образа жизни; изучение педагогических и психогигиенических технологий здоровьесбережения.

Код компетенции	Содержание компетенций	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
1	2	3
ОК-6	Способность проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях, применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния.	знать: - содержание и внешние проявления сложных и экстремальных условий; - технологии защиты человека в сложных и экстремальных условиях. уметь: проводить оптимизации собственной деятельности и психологического состояния. владеть: методами оптимизации собственной деятельности и психологического состояния в сложных и экстремальных условиях.
ОК-9	Способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни.	знать: содержательные характеристики понятия здорового образа жизни. уметь: дифференцировать представления о критериях здорового образа жизни от аутодеструктивного образа жизни и поведения. владеть: приемами, методами и технологиями организации здорового образа жизни.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина Б1.Б.11 «Основы валеологии» относится к базовой части.

Дисциплина «Основы валеологии» базируется на знаниях, полученных при изучении таких учебных дисциплин, как: «Общие основы педагогики», «Анатомия и физиология центральной нервной системы».

Основываясь на изучении перечисленных дисциплин, «Основы валеологии» представляет основу для изучения дисциплин: «Специальная психология», «Работа психолога в кризисных ситуациях».

Такое системное междисциплинарное изучение направлено на достижение требуемого ФГОС уровня подготовки по квалификации специалист.

3. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОБЪЕМА ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Распределение объема дисциплины по формам обучения

Форма обучения	Курс	Семестр	Трудоемкость дисциплины в часах						Курсовая работа (проект), контрольная работа, реферат, РГР	Вид промежуточной аттестации
			Всего часов	Аудиторных часов	Лекции	Лабораторные работы	Практические занятия	Самостоятельная работа		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Очная	2	3	72	34	17	-	17	38	-	зачет
Заочная	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Заочная (ускоренное обучение)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Очно-заочная	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

3.2. Распределение объема дисциплины по видам учебных занятий и трудоемкости

Вид учебных занятий	Трудоемкость (час.)	в т.ч. в интерактивной, активной, инновационной формах, (час.)	Распределение по семестрам, час
			1
1	2	3	4
I. Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего)	34	10	34
Лекции (Лк)	17	5	17
Практические занятия (ПЗ)	17	5	17
Групповые (индивидуальные) консультации	+	-	+
II. Самостоятельная работа обучающихся (СР)	38	-	38
Подготовка к практическим занятиям	19	-	19
Подготовка к экзамену в течение семестра	19	-	19
III. Промежуточная аттестация зачет	+	-	+
Общая трудоемкость дисциплины час.	72	-	72
зач. ед.	2	-	2

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Распределение разделов дисциплины по видам учебных занятий

- для очной формы обучения:

№ раздела и темы	Наименование раздела и тема дисциплины	Трудоемкость, (час.)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость; (час.)		
			учебные занятия		самостоятельная работа обучающихся
			Лекции	практические занятия	
1	2	3	4	5	6
1.	Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.	16	4	4	8
1.1.	Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.	8	2	2	4
1.2	Концепция здоровьесберегающего образования.	8	2	2	4
2.	Общая схема-характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.	16	4	4	8
2.1.	Общая схема-характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.	8	2	2	4
2.2.	Организационные основы здоровьесбережения.	8	2	2	4
3.	Модель здоровьесформирующей деятельности.	16	4	4	8
3.1	Модель здоровьесформирующей деятельности.	8	2	2	4
3.2	Профилактика и мониторинг здоровья в учебном заведении.	8	2	2	4
4.	Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ).	24	5	5	14
4.1	Представление о ЗОТ. Принципы и особенности ЗОТ.	11	2	2	7
4.2	Типы ЗОТ. Современные ЗОТ.	13	3	3	7
	ИТОГО	72	17	17	38

4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам и темам

Раздел 1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.

Лекция №1

Тема: Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.

План:

1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.
2. Факторы, оказывающих неблагоприятное воздействие на здоровье учащихся.

Состояние здоровья подрастающего поколения – важный показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и прогноз на будущее. Трудовые ресурсы страны, ее безопасность, политическая стабильность и экономическое благополучие находятся в тесной причинно-следственной связи с тем, каков суммарный потенциал здоровья детей, подростков, молодежи. Именно в этом отношении ситуация в современной России вызывает наибольшие, даже по сравнению с внешнеполитическими проблемами, тревоги и опасения.

В этой связи все больше вопросов и ожиданий предъявляется к системе образования. Факты говорят сами за себя: за период обучения в школе показатели здоровья учащихся, в среднем, ухудшаются. Так, если среди поступающих в первый класс, по данным Министерства образования, практически здоровых детей около 12%, то к выпускному классу их численность сокращается наполовину. Принципиально можно выделить две группы причин, обуславливающих, со стороны системы образования, эту тенденцию. Во-первых, организация и условия проведения учебного процесса. И в целом оказывают неблагоприятное воздействие как на физическое, так и на психологическое здоровье учащихся. Во-вторых, школа в явно недостаточной степени решает свою образовательную задачу в этой сфере: знания, умения и навыки подростков по вопросам здоровья, их мотивация на ведение здорового образа жизни находятся на низком уровне, что является одной из предпосылок неблагоприятия.

Существует закономерность: новые явления, факты окружающей действительности, открывшиеся профессиональному взгляду ученого или пытливого взору дилетанта, насколько бы они ни были значимы, получают резонанс в обществе и становятся поводом для реальных действий только по прошествии некоторого времени, что обусловлено инертностью социальных процессов и консерватизмом бюрократических структур – так называемым «рефрактерным периодом социальной реакции». Зато по завершении этого периода накопленная энергия «выплескивается» с огромной силой.

Здоровье каждого человека определяется соотношением внешних и внутренних воздействий на его организм, с одной стороны, и возможностями самого организма противостоять нежелательным воздействиям, защищаться от них, по возможности усиливая воздействие полезных для здоровья факторов, с другой стороны. Степень успешности этой деятельности – устранение вредных воздействий (корректировка окружающей среды) и повышение устойчивости к ним (тренировка, повышение адаптационных способностей организма) – определяет направления усилий по сохранению и укреплению здоровья.

Приведем перечень нескольких общепатогенных факторов, наносящих вред здоровью всех граждан, в том числе и здоровью школьников, на которые указывают многие исследователи и практики.

1. Низкий уровень мотивации на сохранение и укрепление индивидуального здоровья.
2. «Забалтывание» проблемы здоровья.
3. Сужение понятия здоровья. Воздействие неблагоприятных для здоровья экологических факторов.

4. Воздействие неблагоприятных для здоровья антропогенных и техногенных факторов.

6. Отсутствие целостной и целенаправленной системы формирования культуры здоровья населения.

7. Несоввершенство законодательной, нормативно-правовой базы, регламентирующей деятельность по охране здоровья населения, в частности, детей и подростков школьного возраста.

8. Несформированность культуры здоровья у учителей, неблагополучие их состояния здоровья.

Приведем примерный перечень внутришкольных факторов, представляющих потенциальную угрозу для здоровья учащихся.

1. Гигиенические условия, факторы

2. Учебно-организационные факторы (зависящие в большей степени от администрации школы)

3. Психолого-педагогические факторы (зависящие в большей степени от учителя)

Перечисленные и другие аналогичные им факторы – это поле нашей деятельности, те направления, работая по которым, можно и нужно переломить тенденцию к снижению уровня здоровья подрастающего поколения, превратить «здоровьеразрушающую» систему общего образования в «здоровьесберегающую».

Лекция №2

Тема: Концепция здоровьесберегающего образования.

План:

1. Концепция здоровьесберегающего образования.
2. Оптимизация здоровьесберегающей системы образования.

Здоровьесберегающая образовательная технология представляется нам как функциональная система организационных способов управления учебно-познавательной и практической деятельностью учащихся научно и инструментально обеспечивающая сохранение и укрепление их здоровья.

Известно, что система подразумевает наличие структуры, элементов ее составляющих, их взаимосвязь и подчиненность единой цели.

В совокупность основных элементов здоровьесберегающей технологии включены следующие составляющие:

1. *Информационная.*

2. *Инструментальная*

3. *Социальная.*

4. *Финансовая.*

5. *Нормативно-правовое обеспечение.*

Концепция здоровьесберегающей образовательной технологии представляет собой систему взглядов, объединенных фундаментальным замыслом, ведущей идеей и целью.

Методологическую основу концепции составляют философские положения о единстве телесного, интеллектуального и духовного в структуре личности, теории и практики, сущности и явления, формы и содержания, о природе деятельности. Методологическими ориентирами выступают системный, культурологический и личностно-деятельностный подходы. Теоретическим фундаментом являются теории личности, деятельности и общения; теории и технологии обучения и воспитания; теории физической культуры и здорового образа жизни личности, технологии их формирования; теории управления. Общие принципы определяют следующим образом:

1. Принцип единства связи элементов системы здоровьесберегающей технологии.

2. Принцип диагностичности целеполагания.

3. Принцип функциональной полноты и функциональной взаимосвязи содержания здоровьесберегающей технологии.

4. Принцип открытости функциональных и методических действий.

5. Принцип объективной оценки конечного результата.
6. Принцип преемственности и завершенности.
7. Принцип вариативности средств, методов и организационных форм внедрения здоровьесберегающих технологий в образовании.

8. Принцип оптимизации.

Основными критериями оптимизации функционирования здоровьесберегающей системы образования могут быть:

1. Эффективность и качество решения образовательно-воспитательных задач с учетом диагностично поставленной цели – качественных, диагностируемых и проверяемых характеристик здоровья субъектов образовательного процесса.

2. Оправданность затрат времени учащихся и учителей на достижение намеченных результатов.

3. Доступность затрат усилий учащихся и учителей на достижение намеченных результатов за отведенное время.

Цель здоровьесохраняющей технологии необходимо соотнести с общей целью образования, которая на протяжении многих лет периодически менялась в зависимости от социального заказа, потребностей общества, представлений о задачах системы образования.

Следовательно, системный подход обеспечивает целостное представление о состоянии здоровья учащихся и наполняет конкретным содержанием здоровьесберегающую технологию и ее операциональную составляющую, помогает ответить на вопрос, как и по каким направлениям следует ее реализовывать, определяет основные задачи. К ним следует отнести:

1. Исследование влияния традиционной структуры и формы организации учебного процесса на здоровье занимающихся; анализ психолого-физиологических возможностей учащихся в отношении предъявленных требований усвоения объема учебной нагрузки в условиях рассредоточенного (комплексного) распределения программного материала и экспериментальное сравнение его с концентрированным вариантом.

2. Создание психолого-педагогических и организационно-педагогических условий.

3. Реализация научной организации учебного труда, питания и отдыха учащихся.

4. Создание максимально возможных санитарно-гигиенических условий и соответствующей им инструментальной составляющей здоровьесберегающей технологии и др.

5. Включение учащихся в осознанную деятельность по формированию культуры здорового образа жизни личности, оснащение этого процесса учебно-методическим обеспечением.

6. Осуществление структурного преобразования в плане создания в учебном заведении иерархической системы управления и мониторинга здоровьесохраняющих технологии в образовании.

7. Формирование культуры здорового образа жизни личности учащихся, как в учебной, так и внеучебной образовательно-воспитательной среде.

8. Создание систем переподготовки кадров, а также социальной и финансовой поддержки идеи здоровьесберегающей технологии; ее агитации и пропаганды; объединение усилий всех систем и подразделений учебных заведений, учреждений медицины и физической культуры.

9. Обеспечение программного и учебно-методического оснащения по проблемам здоровьесберегающей системы образования и формирования культуры здорового образа жизни учащихся.

10. Развертывание опытно-экспериментальной и научно-исследовательской работы по моделированию и апробации здоровьесберегающих образовательных технологий.

11. Осуществление психологического и медицинского сопровождения образования.

12. Создание совершенной системы оздоровления учащихся в условиях летних лагерей.

13. Создание информационно-компьютерного обеспечения оздоровительных систем.

14.Создание оптимальных условий для функционирования физической культуры, обеспечивающей современные инновационные формы формирования физической культуры личности школьника.

15.Открытие в общеобразовательных учебных заведениях кафедр физической культуры и консультативно-оздоровительных центров здорового образа жизни для учащихся, родителей и учителей.

16.Введение в учебный процесс обязательного гуманитарного курса «Основы здорового образа жизни».

Исходя из слагаемых здоровьесберегающей технологии и их характеристик, можно сказать, что данная система представляет собой совокупность организационно-функциональных и психолого-педагогических установок, определяющих многовариантный набор и компоновку действий, форм, методов, приемов, операций, процедур, образовательно-воспитательных средств, обеспечивающих практико-ориентированное погружение учащихся в специально созданную среду. Это система организованных форм и технологических единиц, сориентированных на конкретный педагогический результат (уровень здоровья и творческое использование ценностей культуры здорового образа жизни).

Раздел 2. Общая схема-характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.

Лекция №3

Тема: Общая схема-характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.

План:

1. Мировоззренческий базис.
2. Научно-практическая основа.
3. Результат деятельности.

Общая схема-характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.

Мировоззренческий базис – гуманистическая философия, философия здоровья, культурология и социология.

Научно-практическая основа – личностно ориентированная педагогика, психология и психотерапия, гигиена и психогигиена, психология здоровья, медицина и валеология, а также общеобразовательные и специальные предметы и курсы.

Результат здоровьесформирующей деятельности – положительная динамика здоровья и воспитание (интериоризация) культуры здоровья.

Лекция №4

Тема: Организационные основы здоровьесбережения.

План:

1. Организационные основы здоровьесбережения.
2. Рациональное расписание учебных занятий.
3. Двигательная активность учащихся.
4. Рациональная организация урока.
5. Использование в образовательных учреждениях технических и аудиовизуальных средств обучения.
6. Рациональная организация общего режима дня школьников.

Рациональная организация учебного процесса необходима для предотвращения перегрузки, перенапряжения и обеспечения условий успешного обучения школьников, сохранения их здоровья. Ниже приводятся некоторые рекомендации, включая рекомендации специалистов ИВФ РАО и других научных учреждений.

Показателями рациональной организации учебного процесса являются:

- объем учебной нагрузки – количество уроков и их продолжительность, включая затраты времени на выполнение домашних заданий;
- нагрузка от дополнительных занятий в школе – факультативов, индивидуальных занятий, занятий по выбору и т.п. (их частота, продолжительность, виды и формы работы);
- занятия активно-двигательного характера – динамические паузы, уроки физической культуры, спортивные занятия и т.п. (их частота, продолжительность, виды и формы занятий).

Рациональное расписание учебных занятий

Физиолого-гигиенические требования к составлению расписания уроков в школе определяются динамикой изменения физиологических функций и работоспособностью учащихся на протяжении учебного дня и недели. Рационально составленное школьное расписание должно учитывать сложность предметов и преобладание динамического или статического компонентов во время занятий.

В зоне прогрессивного падения работоспособности нельзя требовать выполнения интенсивных нагрузок: при этом происходит истощение организма, что может отрицательно сказаться на состоянии здоровья школьников.

Двигательная активность учащихся.

Недостаток двигательной активности – одна из наиболее распространенных причин снижения адаптационных ресурсов организма городских школьников. Пребывание на уроках, приготовление домашних заданий, занятия у компьютера, отдых у телевизора, чтение книг, нахождение в транспорте – все эти формы времяпрепровождения проходят в статическом состоянии. Организм человека в процессе эволюции не приспособился к такой низкой физической активности. Синдром гиподинамии является одним из условий многих недугов взрослых людей (сердечно-сосудистая патология, нарушения опорно-двигательного аппарата, обмена веществ и др.), а тем более – подростков. Растущему организму необходимы адекватные физические нагрузки. И только единичными уроками физкультуры и краткими прогулками после уроков этот объем нагрузки не восполняется. Во всех случаях двигательная активность детей должна быть организована так, чтобы предотвращать гиподинамию и в то же время не приводить к их переутомлению.

Рациональная организация урока

От правильной организации урока, уровня его гигиенической рациональности во многом зависит функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности, возможность длительно поддерживать умственную работоспособность на высоком уровне и предупреждать преждевременное наступление утомления. Нельзя забывать и о том, что гигиенические условия влияют на состояние учителя, его здоровье. А это, в свою очередь, оказывает влияние на состояние и здоровье учащихся.

Оценка соблюдения гигиенических требований проводится по ряду регламентированных позиций, с использованием хронометража.

Кроме того, определяется и фиксируется психологический климат на уроке, наличие эмоциональных разрядок, соблюдение учащимися правильной позы, ее соответствие виду работы и чередование в течение урока.

Использование в образовательных учреждениях технических и аудиовизуальных средств обучения.

Использование новых технических и аудиовизуальных средств повышает наглядность обучения и создает, казалось бы, условия для сохранения работоспособности. Но с другой – ТСО увеличивают объем информации, получаемой учащимися по сравнению с обычными уроками.

В течение недели количество уроков с применением ТСО не должно превышать для учащихся младших классов 3-4, старших классов – 4-6. При использовании ТСО необходимо также знать, что оптимальным размером объекта восприятия для подростков, на расстоянии 7,3 м непосредственно против экрана, является 40 мм. Потеря информации при считывании её с экрана на стене будет минимальной, когда горизонтальный размер предъявляемого объекта составляет 60 мм и виден учащимся крайних первых столов под углом зрения в горизонтальной плоскости 20 минут. Оптимальная плоскость просмотра плоского экрана

ограничена сторонами треугольника, составляющими угол у вершины в 90° , а допустимая – в 110° .

Рациональная организация общего режима дня школьников.

Проблема перегрузки тесно связана с нарушениями в организации общего режима дня учащихся.

Увеличение времени на занятия в школе и домашние задания неизбежно влечет за собой сокращение времени ночного сна, активного отдыха на воздухе и свободного времени.

Раздел 3. Модель здоровьесформирующей деятельности.

Лекция №5

Тема: Модель здоровьесформирующей деятельности.

План:

1. Модель здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.
2. Цель, задачи, принципы и функции модели здоровьесформирующей деятельности.
3. Иерархия моделей.

Модель здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.

Главной целью разработки системной модели выступает создание условий для формирования, сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса, как важнейшего фактора развития личности.

Основными задачами являются:

1. Обеспечение безопасной и здоровой среды в образовательном учреждении.
2. Последовательное формирование в образовательном учреждении здоровьесберегающего образовательного пространства, с обязательным использованием всеми педагогами здоровьесберегающих технологий.
3. Просветительско-воспитательная работа с учащимися, педагогами, специалистами и родителями, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.
4. Организация здорового питания.
5. Осуществление медико-психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса и всех его участников.
6. Установление тесной взаимосвязи с медицинскими, спортивными и дополнительными образовательными учреждениями края.

Принципы, составляющие методологическую основу модели:

- научности, предполагающий реализацию в образовательных учреждениях научно обоснованные и проверенные здоровьесберегающие технологии;
- природосообразности, исходящий из учета возрастных и индивидуальных особенностей нормально развивающегося ребенка;
- сознательности и активности, предполагающий формирование у ребенка ценности здоровья с малых лет, сознательное личное его включение в программы сохранения и укрепления собственного здоровья;
- приоритета личностного развития, заключающийся в рассмотрении процесса личностного развития ребенка как ведущего звена в здоровьесберегающем учебно-воспитательном процессе школы. При таком подходе обучение выступает лишь как средство развития личности, а не как самостоятельная цель;
- связи теории с практикой, заключающийся в практико-ориентированном подходе и индивидуальной направленности разрабатываемой концепции;
- субъектности здоровьесберегающего учебно-воспитательного процесса, предполагающий свободу выбора ребенком сфер приложения сил в процессе организации школьной жизни, всей своей жизнедеятельности с учетом собственных интересов и состояния физического и психического его развития;
- здоровьесберегающей ориентации учебно-воспитательного процесса, обеспечивающий единство формирования здоровой и интеллектуально развитой личности; □

последовательности и преемственности учебных программ в области здоровья с учетом требований государственных образовательных стандартов нового поколения;

- обеспечения безопасной и здоровой среды в сфере обучения, питания; внеклассной и внеурочной деятельности;

- информативности, создания банка данных информации о здоровье участников образовательного процесса, «базы мастерства» для дальнейшей интерпретации такой информации.

Базовое школьное образование должно не ухудшать, а улучшать здоровье учащихся посредством совершенствования их знаний, формирования умений и навыков укреплять свое здоровье и здоровье окружающих опираясь на следующие функции:

- нормативно-правовая: регламентирует деятельность общеобразовательных учреждений, в том числе дополнительного образования, направленную на сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса;

- административно-управленческая: организует деятельность педагогического коллектива, направленную на реализацию системной модели здоровьесформирующего образовательного пространства среднего общеобразовательного учреждения;

- научно-методическая: формирует концептуальные подходы к разработке инновационной модели «Школы здоровья»;

- информативно-коммуникативная: обеспечивает трансляцию опыта ведения здорового образа жизни, преемственность традиций, ценностных ориентации, формирующих бережное отношение к индивидуальному здоровью, ценности каждой человеческой жизни в системе ученик-педагог-родитель;

- интегративная: объединяет российский и зарубежный опыт, различные научные концепции и системы организации здоровьесберегающей деятельности в ОУ; структурирует деятельность психолого-педагогических, социальных и медицинских служб ОУ;

- адаптивная: воспитание у участников образовательного процесса направленности на здоровотворчество, здоровый образ жизни, оптимизировать состояние собственного организма и повысить устойчивость к различного рода стрессогенным факторам природной и социальной среды; обеспечивает адаптацию школьников и педагогов к социально-значимой деятельности;

- диагностическая: заключается в мониторинге общеобразовательного учреждения, развития учащихся на основе прогностического контроля, что позволяет соизмерить усилия и направленность действий педагогического коллектива в соответствии с природными возможностями ребенка, обеспечивает инструментально выверенный анализ предпосылок и факторов перспективного развития педагогического процесса, индивидуальное прохождение образовательного маршрута каждым ребенком.

Центральное положение модели - здоровье как критерий образования и педагогический процесс, направленный на формирование и развитие у субъектов позитивной, устойчивой ориентации на сохранение здоровья, как необходимого условия жизнеспособности, что реализуется в формировании у субъектов педагогического процесса:

- способности к позитивному саморазвитию в различных жизненных обстоятельствах, уверенности в себе, развитию чувства компетентности и собственной ценности;

- мотивации укрепления здоровья, посредством установки на ценность собственного здоровья; приобретения знаний о своем здоровье; овладения способами, охраняющими и умножающими здоровье; умения применять формы накопления здоровья к особенностям своего организма;

- культуры здоровья, направленной на ответственное отношение как к своему, так и здоровью окружающих, на стремление сохранить и приумножить свой природный потенциал, гармонизацию личности, готовность поддержать свое душевное равновесие и окружающих, способность воспринимать и создавать прекрасное.

В нашем случае проектируемой моделью является образовательное учреждение, основная цель которого - достижение необходимого уровня компетентности в области сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов, а в контексте поставленной проблемы в определении цели добавляется весьма существенный компонент - она должна

достигаться общеобразовательным учреждением без ущерба здоровью всех участников образовательного процесса.

Задачи реализации такого подхода определяют осуществление следующих основных функциональных направлений, которые будут способствовать достижению главного результата. К их числу относятся:

- изменение принципов управления общеобразовательным учреждением исходя из основ здоровьесберегающей деятельности и системно-деятельностного подхода;
- решение вопросов соответствующей подготовки педагогического коллектива для изменения организации учебно-воспитательного процесса на основе здоровьесбережения;
- инновационная деятельность ОУ в условиях реализации ФГОС нового поколения;
- модернизация подходов к предметной области «Физическая культура»;
- построение на основе аксиолого-компетентностного подхода системы формирования культуры здоровья и здорового образа жизни у участников образовательного процесса (ученики, педагоги, родители);
- создание в общеобразовательном учреждении системы многоуровневого мониторинга здоровьесберегающей деятельности, а также рейтинговые оценки здоровья участников педагогического процесса.

С позиций организации педагогического процесса педагогические условия определяются средой, которая может быть разделена на внешнюю (природную, социальную, экономическую) и собственно педагогическую (среду образовательного учреждения). Если возможности влияния педагогов на внешнюю среду весьма ограничены, то изменение характера педагогической среды непосредственно является зоной их компетентности.

Лекция №6

Тема: Профилактика и мониторинг здоровья в учебном заведении.

План:

1. Оценка динамики состояния здоровья учащихся и влияния образования на их здоровье.
2. Общий план экспертной модульной оценки работы школы в сфере охраны и укрепления здоровья учащихся, реализации здоровьесберегающих технологий.
3. Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения и профилактики здоровья учащихся.

Оценка динамики состояния здоровья учащихся и влияния образования на их здоровье.

В распоряжении руководства управлений образования и администрации школ в этих случаях имеются следующие возможности оценки общей динамики состояния здоровья учащихся на уровне доклинических расстройств.

1. Результаты, предоставляемые учителями: их наблюдения и оценки, сведенные в таблицы (карты), позволяющие проследить динамику от месяца - к месяцу, от четверти - к четверти, от начала учебного года - к его концу. Наиболее подробные и объективные данные можно ожидать (требовать) от классных руководителей, преподавателей валеологии, биологии, физкультуры и психологов. Эта последняя группа специалистов, наряду с физиологами и дефектологами (если они есть в школе), может взять на себя основную часть работы по разработке и реализации всей диагностической программы.

2. Результаты, предоставляемые родителями учащихся. Отсутствие у них необходимых профессиональных знаний компенсируется хорошим знанием своих детей, способностью оценить даже незначительные сдвиги в их состоянии здоровья. Родители должны пройти тщательный инструктаж и получить карты наблюдений за поведением и состоянием здоровья своих детей. Получаемые от них данные необходимо подвергнуть критической оценке с учетом образовательного и общекультурного уровня родителей.

3. Результаты, получаемые от самих учащихся, путем их тестирования, анкетирования и опроса. При грамотной организации и проведении всей программы эти данные могут оказаться наиболее информативными и объективными.

Основные условия (правила) здесь следующие.

- Начальному этапу обследования не должны предшествовать информационные вмешательства в форме лекций, бесед, занятий, изменяющих установку, вносящих коррективы в присутствие респонденту взгляды, мнения, ценностные ориентации.

- Целесообразно сочетать анонимные опросы с анкетированием и тестированием, в которых учащиеся указывают свое имя.

- Необходимо обеспечить при реализации программы общую атмосферу доброжелательности, доверия, заинтересованности, соблюдения необходимой конфиденциальности.

- Составление анкет, подбор тестов, общая организация обследования, интерпретация результатов и ответственность за их использование - компетенция профессионального психолога (социолога). Не следует возлагать эту задачу на учителя-энтузиаста.

Для осуществления контроля за динамикой состояния здоровья учащихся, показателями работы школы, отдельного учителя в сфере использования здоровьесберегающих технологий целесообразно использовать социально-психологические и социально-педагогические методы, такие, как наблюдение, анкетирование, направленная дискуссия и т.п.

Общий план экспертной модульной оценки работы школы в сфере охраны и укрепления здоровья учащихся, реализации здоровьесберегающих технологий.

Экспертиза может быть проведена как на внутришкольном уровне, так и с привлечением специалистов из других организаций и управления образования.

Основные модули экспертизы.

1. Оценка гигиенических требований к помещениям для учебных занятий и пребывания учащихся, их освещенности, оборудованию, соответствии размеров парт росту учащихся и др.

2. Оценка качества потребляемой питьевой воды и питания школьников во время их пребывания в школе.

3. Оценка физической активности школьников в период их пребывания в школе.

4. Оценка показателей здоровьесбережения при проведении урока.

5. Оценка соответствия организации образовательного процесса принципам ЗОТ.

6. Оценка психологического климата в школе.

7. Оценка экологического климата территории школы.

8. Оценка показателей заболеваемости школьников и педагогов.

9. Оценка уровня грамотности школьников и педагогов по вопросам здорового образа жизни, средствам и методам сохранения и укрепления здоровья.

10. Оценка работы школы по вопросам сохранения и укрепления здоровья учащихся во внеурочное время и в процессе работы с семьями учащихся.

При анализе урока, который лучше проводить, оставшись наедине с педагогом так, чтобы никто не мешал, лучше начать с позитивных моментов, с того, что понравилось, что показалось интересным, оригинальным. При обсуждении недостатков следует избегать беспелляционных высказываний, переходов на личность учителя. Важно не затормозить проявлений инициативной, творческой тенденции в работе учителя, поскольку именно она способна уменьшить переутомление, как у учителя, так и у его учеников. Проведение анализа урока в форме доверительной беседы, обсуждения, гораздо более продуктивно, чем директивные, беспелляционные суждения. От профессионального умения проверяющего будет зависеть, как воспримет учитель полученные рекомендации и отразится ли это в конечном итоге на уровне его мастерства.

Раздел 4. Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ).

Лекция №7

Тема: Представление о ЗОТ. Определение понятия «здоровьесберегающие образовательные технологии». Цель, структура, задачи и функции ЗОТ. Принципы и особенности ЗОТ.

План:

1. Представление о ЗОТ.
2. Определение понятия «здоровьесберегающие образовательные технологии».
3. Цель, структура, задачи и функции ЗОТ.
4. Принципы и особенности ЗОТ.

Термин «здоровьесберегающие образовательные технологии» (далее - ЗОТ) можно рассматривать и как качественную характеристику любой образовательной технологии, ее «сертификат безопасности для здоровья», и как совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения.

Близкими к ЗОТ являются медицинские технологии профилактической работы, проводимой в образовательных учреждениях. Примерами такой работы служит вакцинация учащихся, контроль за сроками прививок, выделение групп медицинского риска и т.п. Эта деятельность также направлена на сохранение здоровья школьников, профилактику инфекционных и других заболеваний, но уже не с помощью образовательных технологий.

Медицинский подход к здоровьесбережению, реализуемый в рамках профилактического направления, от психолого-педагогического отличается не только методами и профессиональной подготовкой специалистов, но и тем, что освобождает человека от ответственности за свое здоровье, передавая эту ответственность врачу, медицине. Противоположный подход состоит в мобилизации чувства ответственности человека за свое здоровье, воспитании постоянной потребности заботиться о нем (а значит - и о здоровье других людей). Это не предполагает запугивания, бывшего на вооружении у санитарного просвещения советских времен (вспомните о капле никотина, убивающей лошадь!) и активно используемого сейчас некоторыми врачами-наркологами и другими специалистами. Формирование у учащихся ответственности, в том числе и за свое здоровье, - воспитательный процесс, который следует рассматривать в качестве одной из важнейших задач учреждений образования.

Таким образом, современный уровень цивилизации и культуры выдвигает в число важнейших для человека приоритетов задачу самому научиться не болеть, быть здоровым. Для системы образования эта задача трансформируется в императив использовать для достижения этой цели те технологии, которыми как раз и владеет педагог, психолог. Недоработка школы в этой сфере сравнима с исключением из школьных программ всех уроков математики.

Критерием здоровьесберегающих качеств образовательных технологий при решении с их помощью задач защиты от патогенных факторов будет наличие или отсутствие ухудшения здоровья учащихся и педагогов, находящееся в очевидной связи с воздействием таких факторов. Это согласуется со сложившейся у нас практикой работы системы здравоохранения (обращаться к врачам надо только когда заболеешь), но вступает в противоречие с принципами профилактической медицины и концепцией здоровья, принятой Всемирной организации здравоохранения, согласно которой здоровье - не только отсутствие болезни, но и состояние полного физического, психического и социального благополучия.

В соответствии с этим и понимание ЗОТ представляется нам как задача-оптимум, включающая решение задачи-минимум, а также формирование у учащихся физического, психического, духовно-нравственного здоровья, воспитание у них культуры здоровья, действенной мотивации на ведение здорового образа жизни. Тогда более правильным представляется определение здоровьесберегающих образовательных технологий как совокупности всех используемых в образовательном процессе приемов, методов, технологий, не только оберегающих здоровье учащихся и педагогов от неблагоприятного воздействия факторов образовательной среды, но и способствующих воспитанию у учащихся культуры здоровья.

Принципы и отличительные особенности здоровьесберегающих образовательных технологий.

Из определения здоровьесберегающих образовательных технологий видно, что важнейшей целью внедрения ЗОТ в образовательный процесс является формирование культуры здоровья. Именно на это должны быть в значительной степени направлены усилия школы и семьи, с учетом приоритета в данном вопросе воспитания над обучением. Культура здоровья должна не изучаться, а воспитываться. Психологическая основа этого - мотивация на ведение здорового образа жизни. Неотъемлемой частью культуры здоровья является информированность в вопросах здоровья и здорового образа жизни. Как добиться успеха в жизни, как укрепить свое здоровье, как не стать жертвой алкоголя или наркотиков-приобщившись к культуре здоровья, за ответами на все эти вопросы ребенок, подросток обращается именно к учителю, специалисту. И тогда полученная от них информация имеет максимальные шансы быть использованной на практике. Круг замыкается: обучение вопросам здоровья, воспитание культуры здоровья, использование здоровьесберегающих технологий как основного инструмента педагогической работы составляют единое целое - дорогу к здоровью.

Схематично, модель работы по вышеназванной технологии, ведущей к здоровьесбережению, включает 3 этапа. На первом учитель сообщает ученикам информацию (рассказывает, читает, демонстрирует в визуальной форме), построенную с таким расчетом, чтобы стимулировать (спровоцировать) вопросы учащихся. На втором этапе учащиеся задают вопросы. На третьем - учитель на них отвечает (если сможет!). Поощряется как задавание вопросов, так и попытки ответить на вопрос - чужой или свой собственный. Сравнение этой технологии с традиционной (в рамках одной программы и при одинаковом временном ресурсе) показало (Смирнов Н.К., 1999) снижение утомляемости учащихся и лучшее качество усвоения даже большего объема материала. Урок проходит на более высоком эмоциональном фоне, сопровождается дополнительной тренировкой коммуникативных навыков у учащихся и большей удовлетворенностью от урока как у учителя, так и у учеников. Все это - косвенные подтверждения здоровьесберегающего эффекта указанной технологии.

Творческий характер образовательного процесса - крайне необходимое условие здоровьесбережения. Включение ребенка в творческий процесс не только природосообразно, служит реализации той поисковой активности, от которой зависит развитие человека, его адаптационный потенциал, способствует достижению цели работы школы - развитию личности учащегося, но и снижает вероятность наступления утомления. Цепочка взаимосвязи здесь простая; о^учрние без творческого заряда - неинтересно, а значит, в той или иной степени, является насилием над собой и другими. Насилие же разрушительно для здоровья, как через формирование усталости, так и само, по себе.

По нашему убеждению, представленность психологической, и даже психотерапевтической составляющих в работе современного учителя во многом определяют ее эффективность. Это связано как с бурным развитием прикладной психологии, методов воздействия на психику человека, его поведение, так и с психопатологической отягощенностью нынешних детей и подростков, недостатком внимания к их проблемам со стороны родителей. Конечно, учитель не должен заниматься психотерапией в медицинском значении этого слова - консультированием, лечением, гипнозом, но подход к ребенку, ориентированный на его личностные особенности и проблемы, комплексы, мешающие ему жить и т.п., как раз и отличает профессионального педагога, Учителя (с большой буквы!), от «урокодателя», невольно рассматривающего ученика через призму очередной методики обучения. Именно при таком понимании задач учителя и используемых им технологий можно рассматривать «педагогическую психотерапию» (Смирнов Н.К., 1998) как область знаний и практического опыта, тесно корреспондирующую со здоровьесберегающими образовательными технологиями.

В этом аспекте, важный принцип здоровьесбережения состоит в оценке учителем того, какой ценой для здоровья конкретный учащийся, с учетом всех его индивидуальных особенностей и состояния здоровья, должен расплатиться за полученные на уроке знания,

умения, навыки. «Цена обучения для здоровья» - вот тот критерий, который при использовании здоровьесберегающих технологий служит учителю мерилom допустимости тех или иных педагогических воздействий.

При планировании работы школы с усилением внимания к вопросам здоровьесбережения необходимо, во исполнение принципа «Не навреди!», продумать четкую систему отслеживания всего комплекса показателей (психофизиологических и психолого-педагогических), отражающих воздействие инноваций на состояние здоровья учащихся. То есть должен проводиться комплексный мониторинг по трем взаимосвязанным направлениям - динамике состояния здоровья (статистика, объективные показатели, самооценка), динамике психофизиологических показателей (включая оценку утомления, настроения, уровня стресса, напряжения и т.п.), изменениям психолого-педагогических характеристик (успеваемости, поведения, работоспособности, отношения к учебе и др.). Важно отследить те корреляции, которые позволят сделать вывод о цене для здоровья, которой оплачиваются учащимся успехи в школьной и внешкольной деятельности (кружки, секции, компьютер, хобби).

Обязательным элементом здоровьесберегающей организации урока в соответствии с современными требованиями являются физкультминутки. Условие и составная часть практической реализации ЗОТ - формирование культуры здоровья учащихся - одна из важных задач школы, которая может быть успешно решена лишь при наличии необходимого уровня культуры в этой сфере у самого учителя. Поэтому такое внимание мы уделяем подготовке, повышению квалификации, непрерывному обучению по этим вопросам педагогов, психологов, директоров школ.

Лекция №8

Тема: ЗОТ как качественная характеристика любой образовательной технологии, отвечающей целям и принципам здоровьесбережения. Типы ЗОТ. Современные ЗОТ.

План:

1. ЗОТ как качественная характеристика любой образовательной технологии, отвечающей целям и принципам здоровьесбережения.
2. Типы ЗОТ.
3. Современные ЗОТ.

«Здоровьесберегающие образовательные технологии» (далее — ЗОТ) можно рассматривать и как качественную характеристику любой образовательной технологии, ее «сертификат безопасности для здоровья», и как совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения.

Из определения здоровьесберегающих образовательных технологий видно, что важнейшей целью внедрения ЗОТ в образовательный процесс является формирование культуры здоровья. Именно на это должны быть в значительной степени направлены усилия школы и семьи, с учетом приоритета в данном вопросе воспитания над обучением. Культура здоровья должна не изучаться, а воспитываться. Психологическая основа этого - мотивация на ведение здорового образа жизни. Неотъемлемой частью культуры здоровья является информированность в вопросах здоровья и здорового образа жизни. Как добиться успеха в жизни, как укрепить свое здоровье, как не стать жертвой алкоголя или наркотиков-приобщившись к культуре здоровья, за ответами на все эти вопросы ребенок, подросток обращается именно к учителю, специалисту. И тогда полученная от них информация имеет максимальные шансы быть использованной на практике. Круг замыкается: обучение вопросам здоровья, воспитание культуры здоровья, использование здоровьесберегающих технологий как основного инструмента педагогической работы составляют единое целое — дорогу к здоровью.

Типы технологий

- Здоровьесберегающие (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания)

- Оздоровительные (физическая подготовка, физиотерапия, аромотерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия)

- Технологии обучения здоровью (включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла)

- Воспитание культуры здоровья (факультативные занятия по развитию личности учащихся, внеклассные и внешкольные мероприятия, фестивали, конкурсы и т.д.)

Выделенные технологии могут быть представлены в иерархическом порядке по критерию субъектной включенности учащегося в образовательный процесс:

- Внесубъектные: технологии рациональной организации образовательного процесса, технологии формирования здоровьесберегающей образовательной среды, организация здорового питания (включая диетическое) и т.п.

- Предполагающие пассивную позицию учащегося: фитотерапия, массаж, офтальмотренажеры и т.п.

- Предполагающие активную субъектную позицию учащегося различные виды гимнастики, технологии обучения здоровью, воспитание культуры здоровья.

Классификация здоровьесберегающих технологий.

- По характеру деятельности здоровьесберегающие технологии могут быть как частные (узкоспециализированные), так и комплексные (интегрированные).

- По направлению деятельности среди частных здоровьесберегающих технологий выделяют: медицинские (технологии профилактики заболеваний; коррекции и реабилитации соматического здоровья; санитарно-гигиенической деятельности); образовательные, содействующие здоровью (информационно-обучающие и воспитательные); социальные (технологии организации здорового и безопасного образа жизни; профилактики и коррекции девиантного поведения); психологические (технологии профилактики и психокоррекции психических отклонений личностного и интеллектуального развития).

- К комплексным здоровьесберегающим технологиям относят: технологии комплексной профилактики заболеваний, коррекции и реабилитации здоровья (физкультурно-оздоровительные и валеологические); педагогические технологии, содействующие здоровью; технологии, формирующие ЗОЖ.

Приведем классификацию по Н. К. Смирнову.

- Медико-гигиенические технологии (МГТ). К медико-гигиеническим технологиям относятся контроль и помощь в обеспечении надлежащих гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПиНов. Медицинский кабинет школы организует проведение прививок учащимся, оказание консультативной и неотложной помощи обратившимся в медицинский кабинет, проводит мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению учащихся и педагогического коллектива, следит за динамикой здоровья учащихся, организует профилактические мероприятия в преддверии эпидемий (гриппа) и решает ряд других задач, относящихся к компетенции медицинской службы. Участие врача или медицинской сестры необходимо при проведении психолого-педагогических консилиумов, на которых решаются вопросы, касающиеся отдельных учащихся с проблемами здоровья. Занятия по программе «Лечебная педагогика» должны проводиться под контролем и I при участии медицинских работников. Создание в школе стоматологического, физиотерапевтического и других медицинских кабинетов для оказания каждодневной помощи и школьникам, и педагогам, проведение занятий лечебной физической культуры, организация фитобаров и т. п. — тоже элементы этой технологии.

- Физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ). Направлены на физическое развитие занимающихся: закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека от физически немощного. Реализуются на уроках физической культуры и в работе спортивных секций.

- Экологические здоровьесберегающие технологии (ЭЗТ).

Направленность этих технологий — создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой. В школе это — и обустройство пришкольной территории, и зеленые растения в классах, рекреациях, и живой уголок, и участие в природоохранных мероприятиях.

- Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности (ТОБЖ). Их реализуют специалисты по охране труда, защите в чрезвычайных ситуациях, архитекторы, строители, представители коммунальной, инженерно-технических служб, гражданской обороны, пожарной инспекции и т. д. Поскольку сохранение здоровья рассматривается при этом как частный случай главной задачи — сохранение жизни требования и рекомендации этих специалистов подлежат обязательному учету и интеграции в общую систему здоровьесберегающих технологий. Грамотность учащихся по этим вопросам обеспечивается изучением курса ОБЖ, педагогов — курса «Безопасность жизнедеятельности», а за обеспечение безопасности условий пребывания в школе отвечает ее директор [6].

- Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ) подразделяются на три подгруппы:

- организационно-педагогические технологии (ОПТ), определяющие структуру учебного процесса, частично регламентированную в СанПиНах, способствующих предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезадапционных состояний;

- психолого-педагогические технологии (ПИТ), связанные с непосредственной работой учителя на уроке, воздействием, которое он оказывает все 45 минут на своих учеников. Сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса;

- учебно-воспитательные технологии (УВТ), которые включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся, мотивации их к ведению здорового образа жизни, предупреждению вредных привычек, предусматривающие также проведение организационно-воспитательной работы со школьниками после уроков, просвещение их родителей.

Формы и виды деятельности по здоровьесбережению:

1. Система коррекции нарушений соматического здоровья с использованием комплекса оздоровительных и медицинских мероприятий без отрыва от учебного процесса.

2. Различные формы организации учебно-воспитательного процесса (УВП) с учетом его психологического и физиологического воздействия на организм учащихся.

3. Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм организации УВП, нормирования учебной нагрузки и профилактики утомления учащихся.

4. Система медико-психолого-педагогического мониторинга состояния здоровья, физического и психического развития школьников.

5. Разработка и реализация обучающих программ по формированию культуры здоровья и профилактике вредных привычек.

6. Служба психологической помощи учителям и учащимся по преодолению стрессов, тревожности, содействия гуманного подхода к каждому ученику, формированию доброжелательности и справедливых отношений в коллективе.

7. Организация и контроль обеспечения сбалансированного питания всех учащихся в школе.

8. Мероприятия, направленные на укрепление здоровья школьников и учителей, создание условий для их гармоничного развития.

4.3. Лабораторные работы.

Учебным планом не предусмотрены.

4.4. Практические занятия.

<i>№ п/п</i>	<i>Номер раздела дисциплины</i>	<i>Наименование практического занятия</i>	<i>Объем (час.)</i>	<i>Вид занятия в интерактивной, активной, инновационной формах, (час.)</i>
1	1.	Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.	2	-
2		Концепция здоровьесберегающего образования.	2	-
3	2.	Общая схема-характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования	2	-
4		Организационные основы здоровьесбережения.	2	-
5	3.	Модель здоровьесформирующей деятельности.	2	-
6		Профилактика и мониторинг здоровья в учебном заведении.	2	Работа в малых группах, анализ случаев. 1
7	4.	Представление о ЗОТ. Принципы и особенности ЗОТ.	2	Работа в малых группах, анализ случаев. 2
8		Типы ЗОТ. Современные ЗОТ.	3	Работа в малых группах, анализ случаев. 2
ИТОГО			17	5

4.5. Контрольные мероприятия: курсовой проект (курсовая работа), контрольная работа, РГР, реферат.

Учебным планом не предусмотрены.

**5. МАТРИЦА СООТНЕСЕНИЯ РАЗДЕЛОВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ К ФОРМИРУЕМЫМ В НИХ
КОМПЕТЕНЦИЯМ И ОЦЕНКЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

<i>№, наименование разделов дисциплины</i>	<i>Компетенции</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Компетенции</i>		<i>Σ комп.</i>	<i>t_{ср}, час</i>	<i>Вид учебных занятий</i>	<i>Оценка результатов</i>
			<i>ОК</i>	<i>ОК</i>				
			<i>6</i>	<i>9</i>				
1		2	3	4	5	6	7	8
1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.		16	+	+	2	8	ЛР, ПЗ, СР	зачет
2. Общая схема- характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.		16	+	+	2	8	ЛР, ПЗ, СР	зачет
3. Модель здоровьесформирующей деятельности.		16	+	+	2	8	ЛР, ПЗ, СР	зачет
4. Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ).		24	+	+	2	12	ЛР, ПЗ, СР	зачет
<i>всего часов</i>		72	36	36	2	36		

6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

1. Здоровьесберегающие технологии и функции как средство повышения эффективности обучения студентов в классическом университете: учебное пособие / В. А. Никифорова [и др.]. - Братск: БрГУ, 2012. - 72 с.
2. Колесникова, О. А. Методика организации и проведения спортивно-массовых мероприятий в летних оздоровительных лагерях: учебное пособие / О. А. Колесникова. - Братск: БрГУ, 2009. - 152 с.
3. Митина, Л. М. Профессиональная деятельность и здоровье педагога : учебное пособие / Л. М. Митина, О. А. Анисимова, Г. В. Митин. - Москва : Академия, 2005. - 368 с.

7. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Наименование издания	Вид занятия	Кол-во экземпляров в библиотеке, шт.	Обеспеченность экз/чел.
1	2	3	4	5
Основная литература				
1.	Поляшова, Н.В. Психологические основы здоровьесберегающего образовательного процесса в начальной школе : учебное пособие / Н.В. Поляшова, И.А. Новикова, И.Г. Маракушина ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северный (Арктический) федеральный университет имени М. В. Ломоносова», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Архангельск : ИПЦ САФУ, 2012. - 147 с. : табл., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-261-00737-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436398 .	ПЗ, СР	1 (эп)	1
2.	Белова, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования : учебное пособие / Л.В. Белова ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 93 с. - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457868 .	ПЗ, СР	1 (эп)	1
Дополнительная литература				
3.	Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З.	ПЗ, СР	1 (эп)	1

	Ахметовой. - Казань : Познание, 2014. - 100 с. : ил., табл. - (Педагогика, психология и технологии инклюзивного образования). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-8399-0488-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=257981 .			
4.	Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании / И.А. Гаврилова, М.Ю. Стожарова, Н.В. Полтавцева, Р.С. Краснова. - 2-е изд., стереотип. - М. : Флинта, 2011. - 262 с. - ISBN 978-5-9765-1142-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83545 .	ПЗ, СР	1 (эп)	1
5.	Митина, Л. М. Психология труда и профессионального развития учителя : учеб. пособие для вузов / Л. М. Митина. - Москва : Академия, 2004. - 320 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 5769516666 .	ПЗ, СР	5	0,3
6.	Митяева, А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учебное пособие / А. М. Митяева. - 2-е изд., стереотип. - Москва : Академия, 2010. - 192 с. - (Высшее профессиональное образование. Педагогика здоровья). - ISBN 978-5-7695-7507-5.	ПЗ, СР	5	0,3

8. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ» НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Электронный каталог библиотеки БрГУ
http://irbis.brstu.ru/CGI/irbis64r_15/cgiirbis_64.exe?LNG=&C21COM=F&I21DBN=BOOK&P21DBN=BOOK&S21CNR=&Z21ID=.
2. Электронная библиотека БрГУ
<http://ecat.brstu.ru/catalog> .
3. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека online»
<http://biblioclub.ru> .
4. Электронно-библиотечная система «Издательство «Лань»
<http://e.lanbook.com> .
5. Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам"
<http://window.edu.ru> .
6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <http://elibrary.ru> .
7. Университетская информационная система РОССИЯ (УИС РОССИЯ)
<https://uisrussia.msu.ru/> .
8. Национальная электронная библиотека НЭБ
<http://xn--90ax2c.xn--p1ai/how-to-search/> .

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Практические занятия представляют собой смысловой центр дисциплины и выполняют сразу несколько функций. В первую очередь, общая логика каждого практического занятия представляет собой последовательное выяснение ряда (обычно, не более 7–9) вопросов. Эффективность каждого практического занятия может быть достаточно объективно оценена как преподавателем, так и студентами – в зависимости от того, насколько полными и содержательными оказались решения поставленных проблем.

В процессе практического занятия, большинство студентов выступают с краткими обзорами прочитанных текстов, характеризуя их со следующих позиций:

1. Общие характеристики текста: автор, тема, жанр, время создания, адресат и пр.

2. Обсуждаемые вопросы и проблемы.
3. Используемые концепты и представления.
4. Методология исследования/описания/моделирования.
5. Основные результаты и выводы, сделанные автором.
6. Возможные направления и формы дальнейшего использования представленной информации.
7. Общая (экспертная) оценка представленного текста.

Таким образом, каждый участник практического занятия опыт краткого представления результатов углубленного чтения некоторых текстов, а, с другой стороны, слушания и участия в дискуссии.

Практические занятия предполагают использование множества взаимосвязанных и взаимно-дополняющих методов, в том числе:

- доклад по материалам статьи (исследования);
- проблемная микролекция – лекционная форма, в которой процесс обучения студентов приближен к поисковой, исследовательской деятельности;
- анализ конкретных ситуаций (case-study), предполагающий определение проблемы, ее коллективное обсуждение, позволяющее познакомить студентов с вариантами разрешения конкретной проблемной ситуационной задачи;
- дискуссия, включающий элементы «мозгового штурма», который строится на основе диалогического общения участников в процессе обсуждения и разрешения теоретических и практических проблем;
- «круглый стол», ориентированный на выработку умений обсуждать проблемы, обосновывать предполагаемые решения и отстаивать свои убеждения;
- «мозговой штурм», актуализирующий организацию коллективной мыслительной деятельности по поиску нетрадиционных путей и способов решения конкретной проблемы.

Предпочтительным является проведение экзамена в форме студенческой конференции, посвященной обзору происходящих в образовании инновационных процессов и, одновременно, проектированию оригинальных инновационных решений.

Рекомендации по выполнению заданий и подготовке к практическому занятию:

конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

- определение цели самостоятельной работы; конкретизация познавательной (проблемной или практической) задачи;
- самооценка готовности к самостоятельной работе по решению поставленной или выбранной задачи;
- выбор адекватного способа действий, ведущего к решению задачи (выбор путей и средств для ее решения);
- планирование (самостоятельно или с помощью преподавателя) самостоятельной работы по решению задачи;
- реализация программы выполнения самостоятельной работы;
- осуществление в процессе выполнения самостоятельной работы управленческих актов: контроль за ходом самостоятельной работы, самоконтроль промежуточных и конечного результатов работы, корректировка на основе результатов самоконтроля программ выполнения работы, устранение ошибок и их причин.

Индивидуальные задания проектного типа связано с настоящей или будущей профессиональной деятельностью студента. В этом качестве могут использоваться:

- задания на проведение микроисследований (составление анкет и проведение анкетирования по тем или иным актуальным проблемам, наблюдение за качественными характеристиками процессов, интервьюирование преподавателей или экспертов),

- задания на разработку элементов программно-методического и дидактического обеспечения;
- задания на разработку нормативной документации и методических указаний, создание проектной документации для здоровьесберегающих технологий в образовании.

9.1. Методические указания для обучающихся по выполнению практических работ

Раздел 1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.

Практическое занятие № 1 Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.

Цель работы: на основе рефлексивного анализа разрабатывается проект модели теоретико-методологического обоснования проблемы здоровьесбережения в образовании, представление полученных результатов и их конструктивная критика, сравнение, обобщение материалов.

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.
2. Факторы, оказывающих неблагоприятное воздействие на здоровье учащихся.

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, заполненная таблица, опорный конспект, проект модели здоровьесформирующей деятельности образовательного.

Задания для самостоятельной работы:

1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.
2. Факторы, оказывающих неблагоприятное воздействие на здоровье учащихся.

Основная литература:

1. Поляшова, Н.В. Психологические основы здоровьесберегающего образовательного процесса в начальной школе : учебное пособие / Н.В. Поляшова, И.А. Новикова, И.Г. Маракушина ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северный (Арктический) федеральный университет имени М. В. Ломоносова», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Архангельск : ИПЦ САФУ, 2012. - 147 с.
2. Белова, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования : учебное пособие / Л.В. Белова ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 93 с.
3. Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З. Ахметовой. - Казань : Познание, 2014. - 100 с.

Дополнительная литература:

1. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании / И.А. Гаврилова, М.Ю. Стожарова, Н.В. Полтавцева, Р.С. Краснова. - 2-е изд., стереотип. - М. : Флинта, 2011. - 262 с
2. Митина, Л. М. Психология труда и профессионального развития учителя : учеб. пособие для вузов / Л. М. Митина. - Москва : Академия, 2004. - 320 с.
3. Митина, Л. М. Профессиональная деятельность и здоровье педагога : учебное пособие / Л. М. Митина, О. А. Анисимова, Г. В. Митин. - Москва : Академия, 2005. - 368 с.
4. Митяева, А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учебное пособие / А. М. Митяева. - 2-е изд., стереотип. - Москва : Академия, 2010. - 192 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.
2. Факторы, оказывающих неблагоприятное воздействие на здоровье учащихся.

Практическое занятие № 2 Концепция здоровьесберегающего образования.

Цель работы: на основе рефлексивного анализа разрабатывается проект концепции здоровьесберегающего образования, представление полученных результатов и их конструктивная критика, сравнение, обобщение материалов.

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

1. Концепция здоровьесберегающего образования.
2. Оптимизация здоровьесберегающей системы образования.

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, заполненная таблица, опорный конспект, проект модели здоровьесформирующей деятельности образовательного.

Задания для самостоятельной работы:

1. Концепция здоровьесберегающего образования.
2. Оптимизация здоровьесберегающей системы образования.

Основная литература:

4. Поляшова, Н.В. Психологические основы здоровьесберегающего образовательного процесса в начальной школе : учебное пособие / Н.В. Поляшова, И.А. Новикова, И.Г. Маракушина ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северный (Арктический) федеральный университет имени М. В. Ломоносова», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Архангельск : ИПЦ САФУ, 2012. - 147 с.
5. Белова, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования : учебное пособие / Л.В. Белова ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 93 с.
6. Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З. Ахметовой. - Казань : Познание, 2014. - 100 с.

Дополнительная литература:

5. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании / И.А. Гаврилова, М.Ю. Стожарова, Н.В. Полтавцева, Р.С. Краснова. - 2-е изд., стереотип. - М. : Флинта, 2011. - 262 с
6. Митина, Л. М. Психология труда и профессионального развития учителя : учеб. пособие для вузов / Л. М. Митина. - Москва : Академия, 2004. - 320 с.
7. Митина, Л. М. Профессиональная деятельность и здоровье педагога : учебное пособие / Л. М. Митина, О. А. Анисимова, Г. В. Митин. - Москва : Академия, 2005. - 368 с.
8. Митяева, А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учебное пособие / А. М. Митяева. - 2-е изд., стереотип. - Москва : Академия, 2010. - 192 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

1. Концепция здоровьесберегающего образования.
2. Оптимизация здоровьесберегающей системы образования.

Раздел 2. Общая схема-характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.

Практическое занятие № 3 Общая схема-характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.

Цель работы: на основе рефлексивного анализа разрабатывается проект общей схемы-характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования, представление полученных результатов и их конструктивная критика, сравнение, обобщение материалов.

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

1. Мировоззренческий базис.
2. Научно-практическая основа.
3. Результат деятельности.

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, заполненная таблица, опорный конспект, проект модели здоровьесформирующей деятельности образовательного.

Задания для самостоятельной работы:

1. Мировоззренческий базис.
2. Научно-практическая основа.
3. Результат деятельности.

Основная литература:

7. Поляшова, Н.В. Психологические основы здоровьесберегающего образовательного процесса в начальной школе : учебное пособие / Н.В. Поляшова, И.А. Новикова, И.Г. Маракушина ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северный (Арктический) федеральный университет имени М. В. Ломоносова», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Архангельск : ИПЦ САФУ, 2012. - 147 с.
8. Белова, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования : учебное пособие / Л.В. Белова ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 93 с.

9. Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З. Ахметовой. - Казань : Познание, 2014. - 100 с.

Дополнительная литература:

9. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании / И.А. Гаврилова, М.Ю. Стожарова, Н.В. Полтавцева, Р.С. Краснова. - 2-е изд., стереотип. - М. : Флинта, 2011. - 262 с
10. Митина, Л. М. Психология труда и профессионального развития учителя : учеб. пособие для вузов / Л. М. Митина. - Москва : Академия, 2004. - 320 с.
11. Митина, Л. М. Профессиональная деятельность и здоровье педагога : учебное пособие / Л. М. Митина, О. А. Анисимова, Г. В. Митин. - Москва : Академия, 2005. - 368 с.
12. Митяева, А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учебное пособие / А. М. Митяева. - 2-е изд., стереотип. - Москва : Академия, 2010. - 192 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

1. Мировоззренческий базис.
2. Научно-практическая основа.
3. Результат деятельности.

Практическое занятие № 4 Организационные основы здоровьесбережения.

Цель работы: на основе рефлексивного анализа разрабатывается проект организационных основ здоровьесбережения, представление полученных результатов и их конструктивная критика, сравнение, обобщение материалов.

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

1. Организационные основы здоровьесбережения.
2. Рациональное расписание учебных занятий.
3. Двигательная активность учащихся.
4. Рациональная организация урока.
5. Использование в образовательных учреждениях технических и аудиовизуальных средств обучения.
6. Рациональная организация общего режима дня школьников.

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, заполненная таблица, опорный конспект, проект модели здоровьесформирующей деятельности образовательного.

Задания для самостоятельной работы:

1. Организационные основы здоровьесбережения.
2. Рациональное расписание учебных занятий.
3. Двигательная активность учащихся.
4. Рациональная организация урока.
5. Использование в образовательных учреждениях технических и аудиовизуальных средств обучения.
6. Рациональная организация общего режима дня школьников.

Основная литература:

10. Поляшова, Н.В. Психологические основы здоровьесберегающего образовательного процесса в начальной школе : учебное пособие / Н.В. Поляшова, И.А. Новикова, И.Г. Маракучина ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северный (Арктический) федеральный

- университет имени М. В. Ломоносова», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Архангельск : ИПЦ САФУ, 2012. - 147 с.
11. Белова, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования : учебное пособие / Л.В. Белова ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 93 с.
 12. Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З. Ахметовой. - Казань : Познание, 2014. - 100 с.
- Дополнительная литература:
13. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании / И.А. Гаврилова, М.Ю. Стожарова, Н.В. Полтавцева, Р.С. Краснова. - 2-е изд., стереотип. - М. : Флинта, 2011. - 262 с
 14. Митина, Л. М. Психология труда и профессионального развития учителя : учеб. пособие для вузов / Л. М. Митина. - Москва : Академия, 2004. - 320 с.
 15. Митина, Л. М. Профессиональная деятельность и здоровье педагога : учебное пособие / Л. М. Митина, О. А. Анисимова, Г. В. Митин. - Москва : Академия, 2005. - 368 с.
 16. Митяева, А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учебное пособие / А. М. Митяева. - 2-е изд., стереотип. - Москва : Академия, 2010. - 192 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

1. Организационные основы здоровьесбережения.
2. Рациональное расписание учебных занятий.
3. Двигательная активность учащихся.
4. Рациональная организация урока.
5. Использование в образовательных учреждениях технических и аудиовизуальных средств обучения.
6. Рациональная организация общего режима дня школьников.

Раздел 3. Модель здоровьесформирующей деятельности.

Практическое занятие № 5 Модель здоровьесформирующей деятельности.

Цель работы: на основе рефлексивного анализа разрабатывается проект модели здоровьесформирующей деятельности образовательного учреждения, представление полученных результатов и их конструктивная критика, сравнение, обобщение материалов.

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

1. Модель здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.
2. Цель, задачи, принципы и функции модели здоровьесформирующей деятельности.
3. Иерархия моделей.

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, заполненная таблица, опорный конспект, проект модели здоровьесформирующей деятельности образовательного.

Задания для самостоятельной работы:

1. Обеспечение безопасной и здоровой среды в образовательном учреждении.
2. Последовательное формирование в образовательном учреждении здоровьесберегающего образовательного пространства, с обязательным использованием всеми педагогами здоровьесберегающих технологий.

3. Просветительско-воспитательная работа с учащимися, педагогами, специалистами и родителями, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.
4. Организация здорового питания.
5. Осуществление медико-психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса и всех его участников.
6. Установление тесной взаимосвязи с медицинскими, спортивными и дополнительными образовательными учреждениями края.

Основная литература:

13. Поляшова, Н.В. Психологические основы здоровьесберегающего образовательного процесса в начальной школе : учебное пособие / Н.В. Поляшова, И.А. Новикова, И.Г. Маракушина ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северный (Арктический) федеральный университет имени М. В. Ломоносова», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Архангельск : ИПЦ САФУ, 2012. - 147 с.
14. Белова, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования : учебное пособие / Л.В. Белова ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 93 с.
15. Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З. Ахметовой. - Казань : Познание, 2014. - 100 с.

Дополнительная литература:

17. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании / И.А. Гаврилова, М.Ю. Стожарова, Н.В. Полтавцева, Р.С. Краснова. - 2-е изд., стереотип. - М. : Флинта, 2011. - 262 с
18. Митина, Л. М. Психология труда и профессионального развития учителя : учеб. пособие для вузов / Л. М. Митина. - Москва : Академия, 2004. - 320 с.
19. Митина, Л. М. Профессиональная деятельность и здоровье педагога : учебное пособие / Л. М. Митина, О. А. Анисимова, Г. В. Митин. - Москва : Академия, 2005. - 368 с.
20. Митяева, А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учебное пособие / А. М. Митяева. - 2-е изд., стереотип. - Москва : Академия, 2010. - 192 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

- 1.Современные тенденции обеспечения безопасной и здоровой среды в образовательном учреждении
- 2.Структура модели здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.
- 3.Этапы и уровни инновационной деятельности.
- 4.Принципы и функции реализации
- 5.Способы анализа и критической оценки здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.

Практическое занятие № 6 Профилактика и мониторинг здоровья в учебном заведении.

Цель работы: введение в тему; групповая работа – анализ ситуаций профилактики и мониторинга здоровья в учебном заведении.

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

1. Оценка динамики состояния здоровья учащихся и влияния образования на их здоровье.
2. Общий план экспертной модульной оценки работы школы в сфере охраны и укрепления здоровья учащихся, реализации здоровьесберегающих технологий.
3. Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения и профилактика здоровья учащихся.

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение

вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, опорный конспект. Проектирование, групповое, индивидуальное. Письменные домашние задания.

Задания для самостоятельной работы:

1. Оценка гигиенических требований к помещениям для учебных занятий и пребывания учащихся, их освещенности, оборудованию, соответствию размеров парт росту.
5. Оценка качества потребляемой питьевой воды и питания школьников во время их пребывания в школе.
6. Оценка физической активности школьников в период их пребывания в школе. (
7. Оценка показателей здоровьесбережения при проведении урока.
10. Оценка соответствия организации образовательного процесса принципам ЗОТ.
11. Оценка психологического климата в школе.
12. Оценка экологического климата территории школы..
13. Оценка показателей заболеваемости школьников и педагогов.
14. Оценка уровня грамотности школьников и педагогов по вопросам здорового образа жизни, средствам и методам сохранения и укрепления здоровья.
10. Оценка работы школы по вопросам сохранения и укрепления здоровья учащихся во внеурочное время и в процессе работы с семьями учащихся.

Основная литература:

1. Поляшова, Н.В. Психологические основы здоровьесберегающего образовательного процесса в начальной школе : учебное пособие / Н.В. Поляшова, И.А. Новикова, И.Г. Маракушина ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северный (Арктический) федеральный университет имени М. В. Ломоносова», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Архангельск : ИПЦ САФУ, 2012. - 147 с.
2. Белова, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования : учебное пособие / Л.В. Белова ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 93 с.
3. Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З. Ахметовой. - Казань : Познание, 2014. - 100 с.

Дополнительная литература:

1. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании / И.А. Гаврилова, М.Ю. Стожарова, Н.В. Полтавцева, Р.С. Краснова. - 2-е изд., стереотип. - М. : Флинта, 2011. - 262 с
2. Митина, Л. М. Психология труда и профессионального развития учителя : учеб. пособие для вузов / Л. М. Митина. - Москва : Академия, 2004. - 320 с.
3. Митина, Л. М. Профессиональная деятельность и здоровье педагога : учебное пособие / Л. М. Митина, О. А. Анисимова, Г. В. Митин. - Москва : Академия, 2005. - 368 с.
4. Митяева, А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учебное пособие / А. М. Митяева. - 2-е изд., стереотип. - Москва : Академия, 2010. - 192 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

1. Основные подходы к планированию здоровьесберегающей , требования к разработке плана действий.
2. Ресурсы образовательных систем и проектирование их развития.
3. Технологии модульной оценки работы школы.
4. Способы и приемы анализа проведения урока с позиций здоровьесбережения и профилактики здоровья учащихся.

Раздел 4. Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ).

Практическое занятие №7 Представление о ЗОТ. Принципы и особенности ЗОТ.

Цель работы: овладение технологией проектирования ЗОТ (по цели, по содержанию, по организации содержания, контролю полученного результата).

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

5. Представление о ЗОТ.
6. Определение понятия «здоровьесберегающие образовательные технологии».
7. Цель, структура, задачи и функции ЗОТ.
8. Принципы и особенности ЗОТ.

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, опорный конспект, реферат

Задания для самостоятельной работы:

1. Функции и основные свойства ЗОТ.
2. Определение готовности педагогов к ЗОТ.
3. Особенности управления персоналом в условиях ЗОТ.

Основная литература:

1. Поляшова, Н.В. Психологические основы здоровьесберегающего образовательного процесса в начальной школе : учебное пособие / Н.В. Поляшова, И.А. Новикова, И.Г. Маракушина ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северный (Арктический) федеральный университет имени М. В. Ломоносова», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Архангельск : ИПЦ САФУ, 2012. - 147 с.
2. Белова, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования : учебное пособие / Л.В. Белова ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 93 с.
3. Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З. Ахметовой. - Казань : Познание, 2014. - 100 с.

Дополнительная литература:

1. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании / И.А. Гаврилова, М.Ю. Стожарова, Н.В. Полтавцева, Р.С. Краснова. - 2-е изд., стереотип. - М. : Флинта, 2011. - 262 с
2. Митина, Л. М. Психология труда и профессионального развития учителя : учеб. пособие для вузов / Л. М. Митина. - Москва : Академия, 2004. - 320 с.
3. Митина, Л. М. Профессиональная деятельность и здоровье педагога : учебное пособие / Л. М. Митина, О. А. Анисимова, Г. В. Митин. - Москва : Академия, 2005. - 368 с.
4. Митяева, А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учебное пособие / А. М. Митяева. - 2-е изд., стереотип. - Москва : Академия, 2010. - 192 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

1. Готовность педагога к участию ЗОТ.
2. Способность педагога определять перспективы своей ЗОТ.
3. Знания и умения учителя в области технологии проведения ЗОТ.
5. Психология преподавателя в ЗОТ.

6. Мотивация ЗОТ.

7. Главные аспекты и технологии личностно-профессионального саморазвития.

Практическое занятие №8 Типы ЗОТ. Современные ЗОТ.

Задание: Изучить предлагаемые вопросы.

1. ЗОТ как качественная характеристика любой образовательной технологии, отвечающей целям и принципам здоровьесбережения.
2. Типы ЗОТ.
3. Современные ЗОТ.

Порядок выполнения:

Конспектирование учебной и научной литературы, работа с понятиями, решение педагогических ситуаций и задач, сбор и анализ практического материала, выполнение вопросов и заданий для самостоятельной работы, учебно-исследовательских заданий, решение педагогических ситуаций и задач, подготовка сообщений и рефератов по предлагаемым темам, анализ педагогического опыта.

Форма отчетности:

Устные ответы на вопросы, опорный конспект, реферат, защита итогового исследовательского проекта.

Задания для самостоятельной работы:

1. Разработка программы и проведение психолого-педагогического анализа программы ЗОТ.
2. Принципы анализа эффективности ЗОТ (подготовка доклада и презентации).
3. Составление глоссария по модульному элементу «Инновационный проект».
4. Составление глоссария по модульному элементу «Анализ эффективности и качества здоровьесберегающей деятельности в образовании».

Основная литература:

1. Поляшова, Н.В. Психологические основы здоровьесберегающего образовательного процесса в начальной школе : учебное пособие / Н.В. Поляшова, И.А. Новикова, И.Г. Маракушина ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северный (Арктический) федеральный университет имени М. В. Ломоносова», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Архангельск : ИПЦ САФУ, 2012. - 147 с.
2. Белова, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования : учебное пособие / Л.В. Белова ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет», Министерство образования и науки Российской Федерации. - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 93 с.
3. Замалетдинова, Н.Ш. Креативные технологии инклюзивного образования : научно-методическое пособие / Н.Ш. Замалетдинова, И.Г. Морозова, Н.А. Паранина ; Институт экономики, управления и права (г. Казань), Кафедра теоретической и инклюзивной педагогики ; под ред. Д.З. Ахметовой. - Казань : Познание, 2014. - 100 с.

Дополнительная литература:

1. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании / И.А. Гаврилова, М.Ю. Стожарова, Н.В. Полтавцева, Р.С. Краснова. - 2-е изд., стереотип. - М. : Флинта, 2011. - 262 с
2. Митина, Л. М. Психология труда и профессионального развития учителя : учеб. пособие для вузов / Л. М. Митина. - Москва : Академия, 2004. - 320 с.
3. Митина, Л. М. Профессиональная деятельность и здоровье педагога : учебное пособие / Л. М. Митина, О. А. Анисимова, Г. В. Митин. - Москва : Академия, 2005. - 368 с.
4. Митяева, А. М. Здоровьесберегающие педагогические технологии : учебное пособие / А. М. Митяева. - 2-е изд., стереотип. - Москва : Академия, 2010. - 192 с.

Контрольные вопросы для самопроверки:

1. Принципы анализа эффективности здоровьесберегающей деятельности в образовании.
2. Система показателей эффективности здоровьесберегающей деятельности.

3.Активизация здоровьесберегающей деятельности в образовательном учреждении как условие реализации педагогических технологий.

4.Освоение и внедрение здоровьесберегающего опыта в образовании.

10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

1. Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN NoLevel

2. Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN NoLevel

3. Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Security

11. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

<i>Вид занятия</i>	<i>Наименование аудитории</i>	<i>Перечень основного оборудования</i>	<i>№ ПЗ</i>
1	2	3	4
ЛЗ	Лекционные аудитории	-	ПЗ № 1- № 8
ПЗ	Лекционные аудитории	-	ПЗ № 1 - № 8
КР	ЧЗ 3	Оборудование 15 ПК-CPU 5000/RAM 2Gb/HDD (Монитор TFT 19 LG 1953S-SF); принтер HP LaserJet P3005	-
СР	ЧЗ 1	Оборудование 10 ПК i5-2500/H67/4Gb (Монитор TFT 19 Samsung); принтер HP LaserJet P2005D	-

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

1. Описание фонда оценочных средств (паспорт)

№ компетенции	Элемент компетенции	Раздел	Тема	ФОС
ОК-6	Способность проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях, применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния.	1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.	1.1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.	Вопросы к зачету 1.1-1.3
			1.2. Концепция здоровьесберегающего образования	Вопросы к зачету 1.1-1.3
		2. Общая схема-характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.	2.1. Общая схема-характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования	Вопросы к зачету 2.1-2.2
			2.2. Организационные основы здоровьесбережения.	Вопросы к зачету 2.1-2.2
ОК-9	Способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни.	3. Модель здоровьесформирующей деятельности.	3.1. Модель здоровьесформирующей деятельности.	Вопросы к зачету 3.1-3.2
			3.2. Профилактика и мониторинг здоровья в учебном заведении.	Вопросы к зачету 3.1-3.2
		4. Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ).	4.1. Представление о ЗОТ. Принципы и особенности ЗОТ.	Вопросы к зачету 4.1-4.7
			4.2. Типы ЗОТ. Современные ЗОТ.	Вопросы к зачету 4.1-4.7

2. Вопросы к зачету

№ п/п	Компетенции		ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ	№ и наименование раздела
	Код	Определение		
1	2	3	4	5
1.	ОК-6	Способность проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях, применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния.	<p>1.1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.</p> <p>1.2. Факторы, оказывающие неблагоприятное воздействие на здоровье учащихся.</p> <p>1.3. Концепция здоровьесберегающего образования.</p>	<p>1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.</p>
			<p>2.1. Общая схема-характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.</p> <p>2.2. Организационные основы здоровьесбережения.</p>	<p>2. Общая схема-характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.</p>
2.	ОК-9	Способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями и о здоровом образе жизни.	<p>3.1. Модель здоровьесформирующей деятельности.</p> <p>3.2. Профилактика и мониторинг здоровья в учебном заведении.</p>	<p>3. Модель здоровьесформирующей деятельности.</p>
			<p>4.1. Представление о ЗОТ.</p> <p>4.2. Определение понятия «здоровьесберегающие образовательные технологии».</p> <p>4.3. Цель, структура, задачи и функции ЗОТ.</p> <p>4.4. Принципы и особенности ЗОТ.</p> <p>4.5. ЗОТ как качественная характеристика любой образовательной технологии, отвечающей целям и принципам здоровьесбережения.</p> <p>4.6. Типы ЗОТ.</p> <p>4.7. Современные ЗОТ.</p>	<p>4. Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ).</p>

3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций

Показатели	Оценка	Критерии
<p>Знать: ОК-6 - содержание и внешние проявления сложных и экстремальных условий; - технологии защиты человека в сложных и экстремальных условиях. ОК-9 - содержательные характеристики понятия здорового образа жизни.</p> <p>Уметь: ОК-6 - проводить оптимизации собственной деятельности и психологического состояния. ОК-9 - дифференцировать представления о критериях здорового образа жизни от аутодеструктивного образа жизни и поведения.</p> <p>Владеть: ОК-6 - методами оптимизации собственной деятельности и психологического состояния в сложных и экстремальных условиях. ОК-9 - приемами, методами и технологиями организации здорового образа жизни.</p>	<p>Зачтено</p>	<p>- знает теоретические основы и положения, определяющие организацию здоровьесберегающих технологии в профессиональной деятельности, основные психолого-педагогические проблемы в современном образовании;</p> <p>- умеет компетентно выбирать эффективные здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, демонстрировать знания, полученные на занятиях и в процессе самостоятельного изучения, использовать полученные знания на практике;</p> <p>- хорошо владеет эффективными приемами и методами реализации здоровьесберегающих технологии в профессиональной деятельности, знаниями и технологиями, необходимыми для эффективного выстраивания профессиональной деятельности.</p>
	<p>Не зачтено</p>	<p>имеются серьезные пробелы в знании учебного материала, допускаются принципиальные ошибки при выполнении предусмотренных программой контрольных заданий. Уровень знаний недостаточен для дальнейшей учебы и будущей профессиональной деятельности.</p>

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности

Дисциплина «Основы валеологии» направлена на ознакомление с теорией и практикой целостного педагогического процесса, с позиций современной педагогической науки и накопленного опыта практической работы, с основами здоровьесберегающей педагогической деятельности, ее гуманистической природой, с профессионально значимыми качествами личности педагога и особенностями педагогического общения. На получение студентами теоретических знаний, практических навыков и компетенций в обучении и воспитании подрастающего поколения.

Изучение дисциплины «Основы валеологии» предусматривает:

- лекционные занятия
- практические занятия
- экзамен.

При подготовке к экзамену по наиболее сложным вопросам, ключевым проблемам и важнейшим понятиям необходимо сделать краткие письменные записи в виде тезисов, планов, определений. Запись включает дополнительные моторные ресурсы памяти.

Учебники пишутся представителями различных научных школ и направлений, по-разному освещают, интерпретируют инновационный процесс и его составляющие, в каждом из них есть плюсы и минусы, сильные и слабые стороны, достоинства и недостатки, одни вопросы раскрываются более глубоко и основательно, другие поверхностно или вообще не раскрываются. Поэтому для сравнения учебной информации и раскрытия всего многообразия процесса инноватики желательно использовать два и более учебных пособия. Не следует бояться дополнительных и уточняющих вопросов на зачете. Они, как правило, задаются для выявления общей подготовленности студента, или в рамках вопроса для уточнения высказанной студентом мысли.

Среди основных критериев оценки ответа студента можно выделить следующие:

- правильность ответа на вопрос, то есть верное, четкое и достаточно глубокое изложение идей, понятий, фактов;
- полнота и одновременно лаконичность ответа;
- новизна учебной информации, степень использования последних научных достижений и нормативных источников;
- умение связать теорию с практикой и творчески применить знания к оценке сложившейся педагогической ситуации;
- логика и аргументированность изложения;
- грамотное комментирование, приведение примеров и аналогий;
- культура речи.

Все это позволяет преподавателю оценивать как знания, так и форму изложения материала.

В процессе проведения практических занятий происходит закрепление знаний, формирование умений и навыков реализации представления о профессиональной деятельности, развитие у обучающихся гуманитарного мышления и интеллектуальных способностей как средства индивидуального освоения учебной дисциплины.

Самостоятельную работу необходимо начинать с изучения рекомендованной литературы и составления простых планов прочитанных текстов и учебных пособий.

При работе над рекомендованными источниками и литературой необходимо помнить, что здесь недостаточно ограничиваться лишь беглым ознакомлением или просмотром текста. Рекомендации для работы с текстом:

а) сформулируйте общее представление о произведении (ознакомьтесь с заголовком, оглавлением, если оно имеется, просмотрите текст) и целях его создания (обратите внимание на дату написания, реконструируйте, опираясь на уже имеющиеся сведения и привлекая дополнительные, историческую ситуацию, определите причины, побудившие автора написать работу);

б) внимательно прочтите текст, возвращаясь к отдельным положениям, выделяя непонятное. Снимите неясности, используя словари, справочную литературу;

в) разделите текст на законченные в смысловом отношении части. Анализируя каждую из них, попытайтесь выделить основные положения, идеи автора, а также его аргументацию. Раскройте связи теоретических положений и конкретных фактов, определяя ту их совокупность, которая послужила основой для сделанного вывода;

г) еще раз просмотрите весь текст, установите логические связи между выделенными частями, составьте структурный план.

В процессе консультации с преподавателем выявляются и устраняются возможные пробелы в знаниях обучающихся, уточняется и актуализируется предметное поле дисциплины. Работа с литературой является важнейшим элементом в получении знаний по дисциплине. Прежде всего, необходимо воспользоваться списком рекомендуемой по данной дисциплине литературой. Дополнительные сведения по изучаемым темам можно найти в периодической печати и Интернете. Предусмотрено проведение аудиторных занятий в сочетании с внеаудиторной работой

АННОТАЦИЯ рабочей программы дисциплины Основы валеологии

1. Цель и задачи дисциплины:

Цель дисциплины способствовать формированию образовательных и научно-исследовательских компетенций при решении задач в области здоровьесбережения; гуманистической, толерантной, рефлексивной позиции в практике охраны жизни и здоровья человека.

Задачами изучения дисциплины являются:

- ознакомление студентов с концептуальными основами здоровьесбережения в системе образования как необходимым условием воспитания здорового молодого поколения и оздоровления российского общества;
- формирование гуманистического мировоззрения и культуры здоровья;
- воспитание навыков здорового образа жизни; изучение педагогических и психогигиенических технологий здоровьесбережения.

2. Структура дисциплины:

2.1 Распределение трудоемкости по отдельным видам учебных занятий, включая самостоятельную работу: аудиторные занятия – 34 часов, лекции – 17 часов, практические занятия – 17 часов, самостоятельная работа – 38 часов.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 72 часов, 2 зачетных единиц.

2.2 Основные разделы дисциплины:

- 1 - Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.
- 2 - Общая схема-характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.
- 3 - Модель здоровьесформирующей деятельности.
- 4 - Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ).

3. Планируемые результаты обучения (перечень компетенций)

- Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:
- способностью проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях, применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния (ОК-6);
 - способностью организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни. (ОК-9).

4. Вид промежуточной аттестации: зачет

**Протокол о дополнениях и изменениях в рабочей программе
на 20__-20__ учебный год**

1. В рабочую программу по дисциплине вносятся следующие дополнения:

2. В рабочую программу по дисциплине вносятся следующие изменения:

Протокол заседания кафедры № _____ от «___» _____ 20__ г.,
(разработчик)

Заведующий кафедрой _____
(подпись)

(Ф.И.О.)

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО
КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

1. Описание фонда оценочных средств (паспорт)

№ компетенции	Элемент компетенции	Раздел	Тема	ФОС
ОК-6	Способность проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях, применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния.	1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.	1.1. Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.	Отчеты по ПЗ, тесты
			1.2. Концепция здоровьесберегающего образования	Отчеты по ПЗ, тесты
		2. Общая характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования.	2.1. Общая характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования	Отчеты по ПЗ, тесты
			2.2. Организационные основы здоровьесбережения.	Отчеты по ПЗ, тесты
ОК-9	Способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни.	3. Модель здоровьесформирующей деятельности.	3.1. Модель здоровьесформирующей деятельности.	Отчеты по ПЗ, тесты
			3.2. Профилактика и мониторинг здоровья в учебном заведении.	Отчеты по ПЗ, тесты
		4. Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ).	4.1. Представление о ЗОТ. Принципы и особенности ЗОТ.	Отчеты по ПЗ, тесты
			4.2. Типы ЗОТ. Современные ЗОТ.	Отчеты по ПЗ, тесты

3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций

Показатели	Оценка	Критерии
<p>Знать: ОК-6 - содержание и внешние проявления сложных и экстремальных условий; - технологии защиты человека в сложных и экстремальных условиях. ОК-9 - содержательные характеристики понятия здорового образа жизни.</p> <p>Уметь: ОК-6 - проводить оптимизации собственной деятельности и психологического состояния. ОК-9 - дифференцировать представления о критериях здорового образа жизни от аутодеструктивного образа жизни и поведения.</p>	<p>Зачтено</p>	<p>- знает теоретические основы и положения, определяющие организацию здоровьесберегающих технологии в профессиональной деятельности, основные психолого-педагогические проблемы в современном образовании;</p> <p>- умеет компетентно выбирать эффективные здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, демонстрировать знания, полученные на занятиях и в процессе самостоятельного изучения, использовать полученные знания на практике;</p> <p>- хорошо владеет эффективными приемами и методами реализации здоровьесберегающих технологии в профессиональной деятельности, знаниями и технологиями, необходимыми для эффективного выстраивания профессиональной деятельности.</p>
<p>Владеть: ОК-6 - методами оптимизации собственной деятельности и психологического состояния в сложных и экстремальных условиях. ОК-9 - приемами, методами и технологиями организации здорового образа жизни.</p>	<p>Не зачтено</p>	<p>имеются серьезные пробелы в знании учебного материала, допускаются принципиальные ошибки при выполнении предусмотренных программой контрольных заданий. Уровень знаний недостаточен для дальнейшей учебы и будущей профессиональной деятельности.</p>

Задание № 1 Здоровье - это:

1. отсутствие болезней;
2. отсутствие патологических состояний;
3. совокупность физических, психических и социальных качеств человека, являющихся основой долголетия;
4. состояние физического и психического благополучия, являющееся основой долголетия.

Задание № 2 Сила влияния факторов образа жизни на здоровье:

1. 20%;
2. 50%;
3. 15%;
4. 10%.

Задание №3 Экономической является _____ категория образа жизни:

1. стиль жизни;
2. уровень жизни;
3. качество жизни;
4. уклад жизни.

Задание №4 Здоровьесберегающая педагогика - это:

1. наука о здоровье;
2. наука о закономерностях и механизмах формирования здоровья, наука о созидании здоровья;
3. область знаний, характеризующая процесс реализации образовательными учреждениями функции сохранения и укрепления здоровья;
4. учение о пути к здоровью и выздоровлению.

Задание № 5 Здоровый образ жизни - это:

1. высокий уровень жизни;
2. удовлетворенность жизненной ситуацией;
3. активность человека, направленная на сохранение здоровья;
4. исторически обусловленный тип жизнедеятельности.

Задание № 6 Школьникам запрещены все виды работы, кроме:

1. не соответствующие возрасту;
2. опасные для жизни;
3. опасные в эпидемиологическом отношении;
4. после учебных занятий.

Задание № 7 Здоровьесберегающие технологии в школе – это:

1. технологии здоровья;
2. совокупность приемов и методов, направленных на сохранение и укрепление здоровья;
3. всеобуч здоровья;
4. спортивные мероприятия.

Задание № 8 Для оценки влияния учебного процесса на здоровье не используются следующие критерии:

1. заболеваемость;
2. физическое развитие;
3. соответствие режимных моментов учебного и внеучебного времени гигиеническим требованиям;
4. закаливание и самомассаж.

Задание № 9 Режим дня не предусматривает:

1. определенное отношение между видами деятельности;
2. гигиенически полноценный сон;
3. кратность питания;
4. калорийность питания.

Задание № 10 Двигательная активность школьника в день должна составлять не менее:

1. 30 минут;
2. 1 час;
3. 2 часа;
4. 3 часа.

Задание № 11 При проведении закаливания следует руководствоваться всеми перечисленными принципами, кроме:

1. субъектность;
2. постепенность;
3. комплексность;
4. систематичность.

Задание № 12 Социально-психологической является _____ категория образа жизни:

1. стиль жизни;
2. уклад жизни;
3. качество жизни;
4. уровень жизни.

Задание № 13 К аспектам здорового образа жизни не относится:

1. негативное отношение к вредным привычкам;
2. закаливание;
3. влажная уборка квартиры;
4. режим.

Задание № 14 Общественное здоровье характеризуют следующие показатели:

1. заболеваемость;
2. физическое развитие, заболеваемость, инвалидизация;
3. физическое развитие, инвалидизация, демографические показатели, заболеваемости;
4. демографические показатели.

Задание № 15 Компонентами ценностного отношения к здоровью являются:

1. ценностно-смысловой;
2. когнитивный;
3. физический;
4. психический.

Задание № 16 Социально-экономической является _____ категория образа жизни:

1. стиль жизни;
2. уровень жизни;
3. качество жизни;
4. уклад жизни.

Задание № 17 Для оценки влияния учебного процесса на здоровье не используются следующие критерии:

1. физическое развитие;
2. умственная работоспособность;
3. заболеваемость;
4. школьная тревожность.

Задание № 18 Относятся к опасным и противопоказаны для школьников все перечисленные виды общественной работы, кроме:

1. уборка снега с проезжей части улицы;
2. мытье окон;
3. работа в котельной;
4. мытье пола.

Задание № 19 Компонентами ценностного отношения к здоровью являются:

1. психический;
2. физический;
3. мотивационный;
4. поведенческий.

Задание № 20 К здоровьесберегающим технологиям относятся:

1. физкультминутки;
2. использование офтальмотренажера;
3. Акция «Я выбираю жизнь»;
4. профилактический осмотр.

Задание № 21 Режим дня не предполагает:

1. регулярное питание;

2. влажную уборку квартиры;
3. определенную продолжительность видов деятельности;
4. гигиенически полноценный сон.

Задание № 22 К закаливающим процедурам не относятся:

1. солнечные ванны;
2. проветривание;
3. воздушные ванны;
4. водные процедуры.

Задание № 23 _____ виды общественной работы для школьников относятся к опасным для жизни в эпидемиологическом отношении:

1. уборка снега с проезжей части улицы;
2. работа в котельной;
3. мытье пола в санузлах;
4. ручная стирка белья.

Задание № 24 _____ ошибки в питании имеют место быть:

1. едим редко;
2. едим мало;
3. едим соленую пищу;
4. лакомимся.

Задание №25 К аспектам здорового образа жизни не относится:

1. негативное отношение к вредным привычкам;
2. закаливание;
3. профилактика простудных заболеваний;
4. режим.

Задание №26 Гигиенически полноценный сон подростка должен составлять:

1. 8 часов;
2. 6 часов;
3. 9 часов;
4. 10 часов.

Задание №27 К закаливающим процедурам не относятся:

1. солнечные ванны;
2. проветривание;
3. самомассаж;
4. босохождение.

Задание № 28 Режим дня предполагает все перечисленное, кроме:

1. регулярное питание;
2. проветривание помещения;
3. определенную продолжительность видов деятельности;
4. гигиенически полноценный сон.

Задание № 29 Здоровьесберегающие образовательные технологии – это:

1. совокупность приемов и методов, используемых специалистами в образовательном учреждении;
2. спортивные мероприятия;
3. стимулирующие технологии;
4. совокупность приемов и методов, используемых учителем, для сохранения здоровья детей.

Задание № 30 Индивидуальное здоровье характеризуют следующие показатели:

1. физическое развитие;
2. заболеваемость;
3. физическое развитие, заболеваемость, инвалидизация;

физическое развитие, инвалидизация, демографические показатели, заболеваемости.

Тест составил:

Сатышев С.П. _____

Утверждено на заседании базовой кафедры ИПиП
протокол от «__» _____ № __

Заведующий базовой кафедрой ИПиП _____

В.В. Кудряшов

Правильные ответы.

№ задания	Правильный ответ
1	4
2	2
3	2
4	3
5	3
6	4
7	2
8	4
9	4
10	3
11	1
12	1
13	1
14	3
15	1
16	3
17	1
18	4
19	3
20	1
21	2
22	2
23	3
24	1
25	1
26	3
27	3
28	2
29	1
30	2

Тематическая структура тестов

№ раздела	Наименование раздела	№ задания	Компетенция	Тема задания
1.	Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.	1-3	ОК-6; ОК-9	Теоретико-методологическое обоснование проблемы здоровьесбережения в образовании.
		4-7	ОК-6; ОК-9	Концепция здоровьесберегающего образования
2.	Общая характеристика здоровьесформирующей	8-11	ОК-6; ОК-9	Общая схема-характеристика здоровьесформирующей деятельности учреждения образования
		12-15	ОК-6;	Организационные основы

	деятельности учреждения образования.		ОК-9	здоровьесбережения.
3.	Модель здоровьесформирующей деятельности.	16-19	ОК-6; ОК-9	Модель здоровьесформирующей деятельности.
		20-23	ОК-6; ОК-9	Профилактика и мониторинг здоровья в учебном заведении.
4.	Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ).	24-27	ОК-6; ОК-9	Представление о ЗОТ. Принципы и особенности ЗОТ.
		28-30	ОК-6; ОК-9	Типы ЗОТ. Современные ЗОТ.

Программа составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по специальности 44.05.01 Педагогика и психология девиантного поведения от «19» декабря 2016 г. № 1611

для набора 2014 года: и учебным планом ФГБОУ ВО «БрГУ» для очной формы обучения от «03» июля 2018 г.. № 413

для набора 2015 года: и учебным планом ФГБОУ ВО «БрГУ» для очной формы обучения от «03» июля 2018 г.. № 413

для набора 2016 года: и учебным планом ФГБОУ ВО «БрГУ» для очной формы обучения от «06» марта 2017 г. № 127

для набора 2017 года: и учебным планом ФГБОУ ВО «БрГУ» для очной формы обучения от «06» марта 2017 г. № 125

для набора 2018 года и учебным планом ФГБОУ ВО «БрГУ» для очной формы обучения от «12» марта 2018 г. № 130.

Программу составил:

Сатышев С. П., доцент базовой кафедры ИПиП _____

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании базовой кафедры ИиП

от «17» декабря 2018 г., протокол № 5

Заведующий базовой кафедрой ИПиП _____ В.В. Кудряшов

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий выпускающей кафедрой _____ В.В. Кудряшов

Директор библиотеки _____ Т.Ф. Сотник

Рабочая программа одобрена методической комиссией гуманитарно-педагогического факультета от «25» декабря 2018 г., протокол № 4

Председатель методической комиссии факультета _____ Н.Н. Наумова

СОГЛАСОВАНО:

Начальник
учебно-методического управления _____ Г.П. Нежевец

Регистрационный № _____