

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Сыров Игорь Анатольевич
Должность: Директор
Дата подписания: 30.10.2023 14:22:21
Уникальный программный ключ:
b683afe664d7e9f64175886cf9626a196149ad36

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»

Факультет *Кафедра физвоспитания*
Кафедра *Физической культуры и здоровьесберегающих технологий*

Аннотация рабочей программы дисциплины (модуля)

дисциплина *Б1.В.ДВ.01.01 Здоровьесберегающие технологии в образовании*
часть, формируемая участниками образовательных отношений

Направление
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
код наименование направления

Программа
Физическая культура, Безопасность жизнедеятельности

Форма обучения
Заочная

Для поступивших на обучение в
2023 г.

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций

Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)
<p>УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>УК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни.</p>	<p>Обучающийся должен:</p> <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности оздоровительного, образовательного и воспитательного значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основ организации физкультурно-спортивной деятельности; <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять уровень сформированности показателей физического развития и физической подготовленности; - отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма;
	<p>УК-7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности</p>	<p>Обучающийся должен:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы отбора и формирования комплексов физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья; <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление

		здоровья;
	УК-7.3. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.	Обучающийся должен: владеть: - навыками применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.
ПК-4. Способен проектировать индивидуальные образовательные маршруты обучающихся по преподаваемым учебным предметам	ПК-4.1. Разрабатывает индивидуально-ориентированные учебные материалы по физической культуре и основам безопасности жизнедеятельности в начальной, основной и средней школе с учетом индивидуальных особенностей обучающихся, их особых образовательных потребностей.	Обучающийся должен: знать: - содержание, формы и методы здоровьесберегающих технологий с учетом различного контингента обучающихся; уметь: - разрабатывать индивидуально ориентированные учебные материалы по физической культуре и основам безопасности жизнедеятельности в начальной, основной и средней школе с учетом индивидуальных особенностей обучающихся, их особых образовательных потребностей владеть: навыками применения здоровьесберегающих технологий с учетом различного контингента обучающихся.
	ПК-4.2. Применяет специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему	Обучающийся должен: знать: - специальные технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую и

	<p>регуляции поведения и деятельности обучающихся.</p>	<p>профилактическую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся; уметь: - проектировать и проводить индивидуальные и групповые занятия по физической культуре и основам безопасности жизнедеятельности в начальной, основной и средней школе для обучающихся с особыми образовательными потребностями; владеть - специальными технологиями и методами, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу, формировать систему регуляции поведения и деятельности обучающихся.</p>
	<p>ПК-4.3. Проектирует индивидуальные образовательные маршруты в соответствии с образовательными потребностями детей и особенностями их развития.</p>	<p>Обучающийся должен: знать: - образовательные потребности детей различного возраста; уметь: - проектировать индивидуальные образовательные маршруты в соответствии с образовательными потребностями детей и особенностями их развития; владеть: - индивидуальными образовательными маршрутами в соответствии с образовательными потребностями детей и особенностями их развития.</p>

--	--	--

2. Цели и место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Цели изучения дисциплины:

Цели освоения дисциплины:

- формирование у обучающихся представления о специфике применения здоровьесберегающих технологий в отношении воспитанников и учащихся разного возраста, обучающихся в образовательном учреждении;
 - приобретение целостного представления о принципах здоровьесберегающего сопровождения образования и развития детей, о факторах, влияющих на состояние здоровья субъектов образования;
 - формирование готовности использовать приемы здоровьесберегающей деятельности во взаимодействии с детьми и подростками, участвовать в формировании адекватной среды в образовательных учреждениях различного типа и вида, валеологической культуры участников психолого-педагогического взаимодействия.
- Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии в образовании» является дисциплиной по выбору и относится к вариативной части.

Дисциплина изучается на 2, 3 курсах в 4, 5 семестрах

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 108 акад. ч.

Объем дисциплины	Всего часов
	Заочная форма обучения
Общая трудоемкость дисциплины	108
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	
лекций	6
практических (семинарских)	12
другие формы контактной работы (ФКР)	0,2
Учебных часов на контроль (включая часы подготовки):	3,8
зачет	
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	86

Формы контроля	Семестры
зачет	5

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

№ п/п	Наименование раздела / темы дисциплины	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)			
		Контактная работа с преподавателем			СР
		Лек	Пр/Сем	Лаб	
1	Теоретические основы здоровьесбережения в образовании	4	0	0	24
1.1	Здоровьесбережение как актуальная проблема современного образования	1	0	0	8
1.2	Система здоровьесбережения в образовании на основе адаптивно-развивающего личностно-ориентированного воспитания и обучения	1	0	0	8
1.3	Методологическая и организационно-педагогическая основа здоровьесбережения в системе образования в условиях реализации ФГОС	2	0	0	8
2	Педагогические и психолого-физиологические подходы к созданию адаптивно-развивающей и безопасной образовательной среды	2	12	0	62
2.1	Образовательная среда и здоровьесберегающие факторы	1	0	0	10
2.2	Нормативно- правовое обеспечение комплексного психолого- педагогического и медико-социального сопровождения воспитательно-образовательного процесса	1	1	0	10
2.3	Здоровьесберегающие технологии в образовании	0	2	0	10
2.4	Оценка здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях по показателям физического, психического развития и здоровья детей	0	1	0	8
2.5	Профилактика нарушений здоровья обучающихся посредством физических упражнений. Методы оценки учебной деятельности младших школьников и ее психолого-педагогическая поддержка.	0	4	0	8
2.6	Содержание работы учителя в формировании и обеспечении здоровья обучающихся.	0	2	0	8
2.7	Предупреждение профессиональных деформаций и синдрома выгорания учителя.	0	2	0	8
	Итого	6	12	0	86

4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)

Курс лекционных занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
1	Теоретические основы здоровьесбережения в образовании	
1.1	Здоровьесбережение как актуальная проблема современного образования	Состояние здоровья школьников России. Влияние процесса обучения и его интенсификации на здоровье учащихся. Понятие здоровья. Выявить тенденции роста основных заболеваний. Провести анализ причин школьных болезней. Основные подходы к сохранению и укреплению здоровья школьников. Принципы здоровьесберегающей педагогики. Проблемное поле здоровьесберегающей педагогики. Рассмотреть стратегии работы школ по сохранению и укреплению здоровья учащихся. Определить принципы здоровьесберегающей педагогики. Выявить уровни охраны здоровья школьников. Выделить основные проблемы, приводящие к нарушению здоровья учащихся.
1.2	Система здоровьесбережения в образовании на основе адаптивно-развивающего личностно-ориентированного воспитания и обучения	Идея приоритетности здоровья в условиях модернизации образования. Факторы риска возникновения болезней. - Здоровьесберегающая педагогическая деятельность: принципы, сущность, ценностные ориентации. - Идея компетентного подхода к пониманию сущности здоровья. - Мониторинг состояния здоровья детей в условиях образовательного учреждения
1.3	Методологическая и организационно-педагогическая основа здоровьесбережения в системе образования в условиях реализации ФГОС	Учебный процесс и его санитарно-гигиеническое обеспечение. Требования, касающиеся места расположения школы. Требования, предъявляемые к школьной мебели. Требования, предъявляемые к освещенности и температурному режиму в классе. Психогигиеническая обстановка в школе. Требования к школьным образовательным технологиям. Оптимизация учебной нагрузки на учащихся. Двигательная активность школьников. Предупреждение школьных болезней.
2	Педагогические и психолого-физиологические подходы к созданию адаптивно-развивающей и безопасной образовательной среды	
2.1	Образовательная среда и здоровьесберегающие факторы	Современная ситуация со здоровьем детей в РФ. Внутришкольные факторы риска для здоровья детей и подростков. Понятие образа жизни. Представление о здоровом образе

		жизни. Вредные привычки. Факторы, определяющие их возникновение. Профилактика вредных привычек и зависимостей в образовательных учреждениях. Механизмы взаимодействия учреждений образования, культуры, спорта и родительской общественности для решения задач по сохранению и укреплению здоровья детей.
2.2	Нормативно- правовое обеспечение комплексного психолого- педагогического и медико-социального сопровождения воспитательно-образовательного процесса	Гигиенические условия обеспечения учебного процесса. Санитарно-гигиеническое состояние школы. Гигиенические условия в классе. Гигиенические требования к использованию видеозранных средств обучения. Организация питания школьников.

Курс практических/семинарских занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
2	Педагогические и психолого-физиологические подходы к созданию адаптивно-развивающей и безопасной образовательной среды	
2.2	Нормативно- правовое обеспечение комплексного психолого- педагогического и медико-социального сопровождения воспитательно-образовательного процесса	Планирование учебного процесса как фактор укрепления и сохранения здоровья. Рациональная организация учебного труда и отдыха. Оптимизация условий пребывания детей в образовательном учреждении с позиции требований нормального режима его работы. Рациональное питание как фактор здорового образа жизни. Современные требования к качеству питания детей и подростков. Актуальные проблемы школьного питания. Реформирование системы школьного питания в России. Технологии организации урока, рациональной с позиции здоровьесбережения.
2.3	Здоровьесберегающие технологии в образовании	Здоровьесберегающие технологии в современной системе образования. - Медико-гигиенические и физкультурно-оздоровительные здоровьесберегающие технологии. - Здоровьесберегающая организация воспитательно-образовательного процесса - Валеологическая компетентность и культура здоровья в профессиональной педагогической деятельности. - Гуманизация образования как ведущий принцип здоровьесберегающей педагогики. - Мониторинг и экспертиза здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения

2.4	Оценка здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях по показателям физического, психического развития и здоровья детей	Ориентировочная оценка состояния здоровья школьников. Социально- психологические и психолого-педагогические методы диагностики, основанные на принципах экспертных оценок. Тест-анкетные методы диагностики, основанные на принципах экспертных оценок. Оценка динамики состояния здоровья школьников. Контроль физического развития учащихся. Диагностика здоровья учащихся как проблема. Самооценка школьниками показателей своего здоровья. Мониторинг состояния здоровья учащихся.
2.5	Профилактика нарушений здоровья обучающихся посредством физических упражнений. Методы оценки учебной деятельности младших школьников и ее психолого-педагогическая поддержка.	Профилактика нарушений осанки. Определение рационального режима нагрузок на нижние конечности при плоскостопии. Профилактика близорукости. Профилактика умственного утомления, возникающего в процессе учебной деятельности. Методика выполнения упражнений проводимых с целью предупреждения нарушений осанки. Методика выполнения упражнений при плоскостопии. Методика выполнения упражнений проводимых с целью предупреждения близорукости. Упражнения, выполняемые для предупреждения утомления. Учебная нагрузка школьников и ее соответствие санитарным нормам. Проведение физкультминуток как эффективный и доступный способ поддержания работы школьников на уроках. Оценка эмоционального состояния школьника. Соответствие учебной нагрузки школьникам санитарным нормам. Методика проведения физкультминуток. Методика оценки эмоционального состояния школьников
2.6	Содержание работы учителя в формировании и обеспечении здоровья обучающихся.	Образовательный процесс и гуманистические цели образования. Обучение школьников здоровой жизнедеятельности и создание у них мотивации на здоровье и здоровый образ жизни. Основные направления работы учителя, направленные на снижение факторов риска здоровья школьников. Построение образовательного процесса в соответствии с целями гуманистического образования. Создание у учащихся устойчивой мотивации на здоровье и обучение их здоровой жизнедеятельности. Создание здоровьесберегающей образовательной среды. Формирование общей культуры и ее

		неотъемлемой части- культуры здоровья.
2.7	Предупреждение профессиональных деформаций и синдрома выгорания учителя.	Профессионально-личностные деформации учителя. Синдром профессионального выгорания учителя. Позиция учителя как стиль поведения. Ее виды. Причины синдрома профессионального выгорания учителя.