

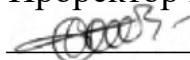


**Якутский филиал частного учреждения высшего образования  
«Институт государственного администрирования»**

---

**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по учебной работе

 П.Н. Рузанов

«28» мая 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В  
ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ОБРАЗОВАНИИ»**

**Направление подготовки:**

**44.03.01 «Педагогическое образование»**

**профиль:**

**«Правовое образование»**

**Квалификация – бакалавр**

**Форма обучения: очная, очно-заочная, заочная**

Москва 2024 г.

Рабочая программа дисциплины **«Здоровьесберегающие технологии в педагогическом образовании»** составлена на основании требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат, от 22 февраля 2018 г. № 121, для обучающихся по направлению подготовки **44.03.01 «Педагогическое образование»**.

Разработчик:

Старший преподаватель Мельников А.Л.

**РАССМОТРЕНА и ПРИНЯТА**

на заседании кафедры

Педагогического образования, специальной

психологии и дефектологии

«23» мая 2024 г., протокол № 5

Л.В. Царькова

---

(подпись)

СОДЕРЖАНИЕ		
1.	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
2.	Место учебной дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы	5
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	6
4.	Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий	6
5.	Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	9
6.	Методические указания по оформлению разных форм отчетности самостоятельной работы	11
7.	Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)	16
8.	Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)	17
9.	Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)	19
10.	Профессиональные базы данных и информационные справочные системы	20
11.	Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)	21
12.	Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)	22
13.	Программное обеспечение (комплект лицензионного программного обеспечения)	23

## 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю)

Процесс изучения данной дисциплины (модуля) направлен на формирование следующих компетенций и индикаторов их достижения, а также результатов обучения, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций:

Код и наименование компетенций	Коды и индикаторы достижения компетенций	Коды и результаты обучения
<b>УК-6.</b> Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	<b>УК-6.1.</b> Анализирует свои личностно-психологические ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и т.д.), принципы образования в течение жизни для саморазвития и успешного выполнения профессиональной деятельности.	<b>РОЗ УК-6.1:</b> - знать свои личностно-психологические ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные и т.д.), принципы образования в течение жизни для саморазвития и успешного выполнения профессиональной деятельности.
	<b>УК-6.2.</b> Оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата.	<b>РОУ УК-6.2:</b> - уметь критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата.
	<b>УК-6.3.</b> Управляет своим временем, проявлять готовность к самоорганизации, планировать и реализовывать намеченные цели деятельности.	<b>РОВ УК-6.3:</b> - владеть способами управлять своим временем, проявлять готовность к самоорганизации, планировать и реализовывать намеченные цели деятельности.
<b>УК-7.</b> Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<b>УК-7.1.</b> Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма.	<b>РОЗ УК-7.1:</b> - знать основные методы физического воспитания и укрепления здоровья.
	<b>УК-7.2.</b> Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	<b>РОУ УК-7.2:</b> - уметь поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
	<b>УК-7.3.</b> Соблюдает и пропагандирует нормы здорового	<b>РОВ УК-7.3:</b> - владеть основами физиче-

	образа жизни в различных жизненных ситуациях и в конкретной профессиональной деятельности.	ской культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.
<b>ОПК-3.</b> Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе, с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	ОПК-3.4 Способен демонстрировать методы (первичного) выявления детей с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью и др.)	РОВО ОПК-3.4. Владеть способами демонстрировать методы (первичного) выявления детей с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью и др.)
<b>ОПК-6.</b> Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	ОПК-6.1. Способен обосновывать применение конкретных психолого-педагогических технологий, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	РОУ ОПК-6.1. Уметь обосновывать применение конкретных психолого-педагогических технологий, необходимых для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями
	ОПК-6.3. Способен демонстрировать понимание документации специалистов (педагогов, дефектологов, логопедов и т.д.) и рекомендаций по использованию индивидуально-ориентированных образовательных технологий с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся в учебной деятельности и воспитании личности	РОУ ОПК-6.3. Уметь демонстрировать понимание документации специалистов (педагогов, дефектологов, логопедов и т.д.) и рекомендаций по использованию индивидуально-ориентированных образовательных технологий с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся в учебной деятельности и воспитании личности
<b>ОПК-7.</b> Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ	ОПК-7.3. Способен демонстрировать умения взаимодействовать с другими специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума	РОУ ОПК-7.3. Уметь взаимодействовать с другими специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума

## 2. Место учебной дисциплины (модуля) в структуре образовательной

## программы

Б1.О.03.02. Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии в педагогическом образовании» входит в обязательную часть программы бакалавриата по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование».

Освоение дисциплины базируется на знаниях полученных при прохождении дисциплин «Безопасность жизнедеятельности», «Возрастная анатомия и физиология» и др. Знания, умения и навыки, полученные в ходе изучения дисциплины, должны использоваться обучающимися на всех этапах обучения в вузе при освоении различных дисциплин учебного плана, подготовке рефератов, контрольных, курсовых и выпускных квалификационных работ; в процессе последующей профессиональной деятельности, при решении прикладных задач, требующих использования культурной, грамотной речи в практической деятельности.

**Целью** дисциплины является формирование у будущих педагогов системы знаний о здоровьесбережении как теории, практике и технологиях организации оздоровительной и воспитательно-образовательной работы, направленной на укрепление здоровья школьников.

### **Задачи изучения дисциплины:**

- формирование представлений системных знаний о становлении и развитии науки о здоровье, теоретико-методологических основах здоровьесбережения;
- философии здоровья человека и валеологическом статусе образовательных систем; здоровьесберегающей направленности в деятельности учителей;
- содержания деятельности здоровьесберегающей службы в образовательных учреждениях;
- формирование навыков самостоятельного изучения специальной литературы.

### **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 (модуля) составляет 2 зачетных единицы (ЗЕ), 72 академических часа.

Виды учебной работы	очная форма обучения	очно-заочная обучения	заочная форма обучения
<b>Общая трудоемкость дисциплины (в часах)</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
<b>Аудиторная работа (в часах):</b>	<b>34</b>	<b>24</b>	<b>8</b>
Лекции (Л)	16	12	2
Практические занятия (ПЗ)	18	12	6
<b>Самостоятельная работа (СР) (в часах):</b>	<b>38</b>	<b>48</b>	<b>60</b>
<b>Контроль</b>	-	-	<b>4</b>
<b>Форма итогового контроля по дисциплине</b>	<b>зачет</b>	<b>зачет</b>	<b>зачет</b>

**4. Содержание и трудоёмкость дисциплины (модуля),  
структурированные по темам (разделам) с указанием отведенного на них  
количества академических или астрономических часов и видов учебных  
занятий**

**Очная форма обучения**

Наименование разделов и тем (модулей)	Виды учебной работы и трудоёмкость (в часах)					Оценочные средства	Результаты обучения
	Общее к-во часов	Контактная работа			СР		
		Всего часов	Л	ПЗ			
Тема 1.1 Валеология - учение о здоровье	4	2	1	1	2	Сообщение	РОЗ УК-7.1
Тема 1.2 Исторические аспекты формирования валеологических представлений в России	4	2	2	-	2	Реферат	РОЗ УК-7.1
Тема 1.3 Педагогическая валео- логия как наука	4	2	1	1	2	Реферат	РОУ УК-7.2
Тема 1.4 Здоровье как состояние и свойство организма	3	2	-	2	1	Тестирование	РОЗ УК-6.1
Тема 1.5 Здоровый образ жизни	5	2	-	2	3	Реферат	РОУ УК-6.2
Тема 2.1 Здоровьесберегающая дея- тельность образовательных учрежде- ний	6	2	1	1	4	Тестирование	РОЗ УК-7.1 РОУ ОПК-6.3
Тема 2.2 Реализация здоровьесбе- регающих программ в образователь- ных учреждениях	6	4	2	2	2	Доклад	РОЗ УК-7.1 РОУ ОПК-6.1 РОУ ОПК-6.3
Тема 2.3 Оценка деятельности обра- зовательного учреждения в сфере реализации здоровьесберегающих технологий	6	2	1	1	4	Реферат	РОВ УК-7.3 РОУ ОПК-6.3
Тема 3.1 Здоровьесберегающая деятельность педагога	4	2	1	1	2	Сообщение	РОУ УК-6.2 РОВ ОПК-3.4
Тема 3.2 Основные направления дея- тельности педагога-валеолога в образовательном учреждении	6	2	1	1	4	Реферат	РОВ ОПК-3.4 РОУ ОПК-7.3.
Тема 3.3 Диагностическая работа педагога	4	2	1	1	2	Сообщение	РОЗ УК-6.1 РОУ ОПК-6.3
Тема 3.4 Здоровьесберегающие требования к образовательным учре- ждениям	4	2	1	1	2	Доклад	РОВ УК-7.3
Тема 3.5 Валеологически целесооб- разная регламентация урока	4	2	1	1	2	Сообщение	РОВ УК-7.3
Тема 3.6 Здоровьесберегающее сопровождение физического воспи- тания подростков	4	2	1	1	2	Тестирование	РОВ УК-6.3 РОЗ УК-7.1 РОУ ОПК-7.3.
Тема 3.7 Профилактика табакокуре- ния, алкоголизма и наркомании.	4	2	1	1	2	Реферат	РОЗ УК-7.1 РОУ УК-7.2
Тема 3.8 Здоровье педагога	4	2	1	1	2	Эссе	РОВ УК-6.3 РОУ УК-7.2
Зачет							

<b>Всего по курсу часов:</b>	<b>72</b>	<b>34</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>38</b>	
------------------------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	--

### Очно-заочная форма обучения

Наименование разделов и тем (модулей)	Виды учебной работы и трудоемкость (в часах)					Оценочные средства	Результаты обучения
	Общее к-во часов	Контактная работа			СР		
		Всего часов	Л	ПЗ			
Тема 1.1 Валеология - учение о здо- ровье	4	1	1	-	3	Сообщение	РОЗ УК-7.1
Тема 1.2 Исторические аспекты формирования валеологических представлений в России	4	1	1	-	3	Реферат	РОЗ УК-7.1
Тема 1.3 Педагогическая валео- логия как наука	4	1	1	-	3	Реферат	РОУ УК-7.2
Тема 1.4 Здоровье как состояние и свойство организма	3	2	-	2	1	Тестирование	РОЗ УК-6.1
Тема 1.5 Здоровый образ жизни	5	2	-	2	3	Реферат	РОУ УК-6.2
Тема 2.1 Здоровьесберегающая дея- тельность образовательных учрежде- ний	6	2	1	1	4	Тестирование	РОЗ УК-7.1 РОУ ОПК-6.3
Тема 2.2 Реализация здоровьесбе- регающих программ в образователь- ных учреждениях	6	2	1	1	4	Доклад	РОЗ УК-7.1 РОУ ОПК-6.1 РОУ ОПК-6.3
Тема 2.3 Оценка деятельности обра- зовательного учреждения в сфере реализации здоровьесберегающих технологий	6	2	1	1	4	Реферат	РОВ УК-7.3 РОУ ОПК-6.3
Тема 3.1 Здоровьесберегающая деятельность педагога	4	2	1	1	2	Сообщение	РОУ УК-6.2 РОВ ОПК-3.4
Тема 3.2 Основные направления дея- тельности педагога-валеолога в образовательном учреждении	6	2	1	1	4	Реферат	РОВ ОПК-3.4 РОУ ОПК-7.3.
Тема 3.3 Диагностическая работа педагога	4	1	-	1	3	Сообщение	РОЗ УК-6.1 РОУ ОПК-6.3
Тема 3.4 Здоровьесберегающие требования к образовательным учре- ждениям	4	2	1	1	2	Доклад	РОВ УК-7.3
Тема 3.5 Валеологически целесооб- разная регламентация урока	4	1	1	-	3	Сообщение	РОВ УК-7.3
Тема 3.6 Здоровьесберегающее сопровождение физического воспи- тания подростков	4	1	1	-	3	Тестирование	РОВ УК-6.3 РОЗ УК-7.1 РОУ ОПК-7.3.
Тема 3.7 Профилактика табакокуре- ния, алкоголизма и наркомании.	4	1	1	-	3	Реферат	РОЗ УК-7.1 РОУ УК-7.2
Тема 3.8 Здоровье педагога	4	1	-	1	3	Эссе	РОВ УК-6.3 РОУ УК-7.2
Зачет							
<b>Всего по курсу часов:</b>	<b>72</b>	<b>24</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>48</b>		

### Заочная форма обучения

Наименование разделов и тем (модулей)	Виды учебной работы и трудоемкость (в часах)			Оценочные средства	Результаты обучения
	Общее к-во	Контактная работа	СР		



	часов	Всего часов	Л	ПЗ			
Тема 1.1 Валеология - учение о здоровье	2	-	-	-	2	Сообщение	РОЗ УК-7.1
Тема 1.2 Исторические аспекты формирования валеологических представлений в России	4	-	-	-	4	Реферат	РОЗ УК-7.1
Тема 1.3 Педагогическая валеология как наука	4	1	-	1	3	Реферат	РОУ УК-7.2
Тема 1.4 Здоровье как состояние и свойство организма	3	-	-	-	3	Тестирование	РОЗ УК-6.1
Тема 1.5 Здоровый образ жизни	5	-	-	-	5	Реферат	РОУ УК-6.2
Тема 2.1 Здоровьесберегающая деятельность образовательных учреждений	6	1	1	-	5	Тестирование	РОЗ УК-7.1 РОУ ОПК-6.3
Тема 2.2 Реализация здоровьесберегающих программ в образовательных учреждениях	6	1	-	1	5	Доклад	РОЗ УК-7.1 РОУ ОПК-6.1 РОУ ОПК-6.3
Тема 2.3 Оценка деятельности образовательного учреждения в сфере реализации здоровьесберегающих технологий	4	1	-	1	3	Реферат	РОВ УК-7.3 РОУ ОПК-6.3
Тема 3.1 Здоровьесберегающая деятельность педагога	4	-	-	-	4	Сообщение	РОУ УК-6.2 РОВ ОПК-3.4
Тема 3.2 Основные направления деятельности педагога-валеолога в образовательном учреждении	6	1	1	-	5	Реферат	РОВ ОПК-3.4 РОУ ОПК-7.3.
Тема 3.3 Диагностическая работа педагога	4	-	-	-	4	Сообщение	РОЗ УК-6.1 РОУ ОПК-6.3
Тема 3.4 Здоровьесберегающие требования к образовательным учреждениям	4	1	-	1	3	Доклад	РОВ УК-7.3
Тема 3.5 Валеологически целесообразная регламентация урока	4	-	-	-	4	Сообщение	РОВ УК-7.3
Тема 3.6 Здоровьесберегающее сопровождение физического воспитания подростков	4	1	-	1	3	Тестирование	РОВ УК-6.3 РОЗ УК-7.1 РОУ ОПК-7.3.
Тема 3.7 Профилактика табакокурения, алкоголизма и наркомании.	4	1	-	1	3	Реферат	РОЗ УК-7.1 РОУ УК-7.2
Тема 3.8 Здоровье педагога	4	-	-	-	4	Эссе	РОВ УК-6.3 РОУ УК-7.2
Зачет	4						
<b>Всего по курсу часов:</b>	<b>72</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>60</b>		

## **Содержание разделов и тем дисциплины**

### **Раздел 1.Здоровьесбережение и педагогическая валеология как наука**

#### ***Тема 1.1 Валеология - учение о здоровье***

Валеология - наука о здоровье. Объект и предмет валеологии. Теоретические и практические задачи валеологии. Современные возможности валеологии. Здоровье как физическая, социальная, психологическая гармония человека.

### ***Тема 1.2 Исторические аспекты формирования валеологических представлений в России***

Развитие валеологических взглядов до 20 века. Поддержание телесного и психического здоровья — одна из древнейших традиций российского общества. Валеологическая деятельность М.В. Ломоносова, А.Н. Радищева, Л.И. Бецкого А.И. Герцена, В.Г. Белинского, Н.А. Добролюбова, К.Д. Ушинского П.Ф. Лесгафта, Гигиеническое направление. Педология как система взглядов и воззрений на развитие ребенка.

### ***Тема 1.3 Педагогическая валеология как наука***

Специфика валеологии как нового направления в науке. Педагогическая валеология как наука. Целью педагогической валеологии. Цель педагогической валеологии. Назначение педагогической валеологии. Объект и предмет валеологии. Функции педагогической валеологии. Основные и дополнительные задачи педагогической валеологии. Валеологизация образовательного процесса. Валеологическая деятельность. Система валеологической деятельности в школе. Валеологические технологии.

### ***Тема 1.4 Здоровье как состояние и свойство организма***

Основные подходы к пониманию здоровья. Основные модели здоровья: одномерная, двумерная (двухкоординатная) и трехмерная. Компоненты здоровья. Факторы здоровья. Факторы риска здоровья. Эндогенные и экзогенные факторы здоровья. Этапы формирования здоровья.

### ***Тема 1.5 Здоровый образ жизни***

Основные подходы к понятию «образ жизни». Образ жизни отдельного человека Система валеологических потребностей Условия жизни Уклад жизни Стиль жизни принципы здорового образа жизни: Правильный образ жизни индивидуальный стиль здорового образа жизни. Основные компоненты здорового образа жизни. Компоненты здорового образа жизни: режим дня, психогигиена, питание, двигательная активность и дыхание.

## **Раздел 2. Здоровьесберегающая деятельность образовательных учреждений**

### ***Тема 2.1 Здоровьесберегающая деятельность образовательных учреждений***

Основные направления здоровьесберегающей деятельности в образовательном учреждении: педагогическое, физиолого-валеологическое и психологическое. Деятельность адаптивных школ. Цель функционирования адаптивной школы. Задачи медико-психологической службы в адаптивной школе. Государственная политика в области сохранения здоровья. Основные компонентами государственной политики в области охраны и укрепления здоровья. Обеспечение санитарно-эпидемиологического благополучия в

образовательном учреждении: Медицинское обеспечение в школе.  
Зарубежный опыт валеологической деятельности

### ***Тема 2.2 Реализация здоровьесберегающих программ в образовательных учреждениях***

Валеологические программы в образовательных учреждениях. Структура и отличительные особенности валеологических программ. Базовая валеологическая модель образовательного учреждения. Общественный Совет по здоровью. Комплексная программа «Образование и здоровье». Валеолого-педагогическая культура. Формирование валеологической культуры у школьников.

### ***Тема 2.3 Оценка деятельности образовательного учреждения в сфере реализации здоровьесберегающих технологий***

Здоровьесберегающая организация учебно-воспитательного процесса. Управление валеологизацией процесса образования. Принципы управления валеологизацией образовательного процесса. Функции управления. Системы управления в традиционной системе обучения и при валеологизации образовательного процесса обучения. Оценка здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения. Педагогика здоровья. Школьные факторы риска. Критерии рациональной организации урока

## **Раздел 3. Здоровьесберегающая деятельность педагога**

### ***Тема 3.1 Здоровьесберегающая деятельность педагога***

Организация взаимодействия педагога и детей. Функции взаимодействия. Индикаторы культуры взаимодействия Кодекс гуманного учителя Валеологическая деятельность педагога. Валеологические формы деятельности педагога: собрания, конференции, диспуты, беседы и т.п. Формы валеологического образования педагога: практические занятия, тренинги, семинары, конференции, педагогические советы, собрания родителей.

### ***Тема 3.2 Основные направления деятельности педагога-валеолога в образовательном учреждении***

Задачи валеолога-организатора. Функциональные обязанности педагога-организатора. Валеологическая программа. Просветительская работа Организация валеологического сопровождения учебного процесса. Валеологические знания учителя, ребенка, родителей Сопровождение как помощь субъекту в принятии решения в ситуациях сложного жизненного выбора. Валеологическое сопровождение. Валеологическое образование. Фасилитационное обучение в системе индивидуального сопровождения. Принципы работы учителя.

### ***Тема 3.3 Диагностическая работа педагога***

Психолого-педагогическая диагностика в валеологической деятельности. Принципы диагностики. Принцип целостного изучения школьника. Принцип

учета возрастных особенностей школьников. Методы психолого-педагогической диагностики, критерии диагностики. Валеолого-педагогическая диагностика в деятельности педагога. Валеолого-педагогическое исследование. Сущность социовалеологической диагностики. Срезовые диагностические исследования. Лонгитюдная диагностика

### ***Тема 3.4 Валеолого-педагогические требования к образовательным учреждениям***

Организация школьных занятий. Биологическое значение режима труда и отдыха у школьников факторов, способствующих переутомлению суммарная недельная нагрузка Санитарными правилами для учащихся Требования к учебным помещениям. Освещенность рабочего места. Использование в учебном помещении цветовой композиции. Требования к учебной мебели. Профилактика нарушений осанки. Валеологически целесообразная организация домашней работы. Организация рабочего места учащегося дома подростка во время выполнения домашних заданий.

### ***Тема 3.5 Валеологически целесообразная регламентация урока***

Валеологически целесообразное включение в урок Выбор адекватных возрасту форм и методов ведения урока. Темп и ритм урока. Регламентация длительности основных видов учебной деятельности школьников. Смена видов деятельности на уроке. Стимулирование познавательного интереса. Привлечение возможно большего числа органов чувств учащихся: слуха, зрения, осязания, обоняния. Создание условий для творчества в учебной деятельности. Включение в процесс познания эмоционально-чувственной сферы. Дифференциация и индивидуализация процесса обучения зависимости от личностных особенностей и состояния здоровья учащихся. Особенности обучения детей со слабой и инертной нервной системой. Диагностика начальных стадий утомления учащихся. Психологическая атмосфера урока, стиль общения учителя

### ***Тема 3.6 Здоровьесберегающее сопровождение физического воспитания подростков***

Основные задачи физического воспитания. Система физического воспитания школьников. Валеологические принципы организации физического воспитания подростков. Организация медицинского контроля за физическим воспитанием. Факультативное обучение. Урок физической культуры. Занятия с детьми специальной медицинской группы (СМГ). Физическая подготовка подростков СМГ. Функциональное состояние организма Основные средства физического воспитания.

### ***Тема 3.7 Профилактика табакокурения, алкоголизма и наркомании.***

Профилактика табакокурения в деятельности педагога. Профилактика алкоголизма. Деятельность педагогов по профилактике наркомании. Формы

работы по борьбе с табакокурением. Причины употребления спиртных напитков. Наиболее эффективные формы профилактики алкоголизма. Морфинизм Гашишизм Кокаинизм Токсикомания Мотивы употребления наркотиков. Психическая зависимость. Физическая зависимость. Толерантность.

### ***Тема 3.8 Здоровье педагога***

Здоровье педагога как социальная необходимость. Особенности труда педагогов. Профилактика стрессов в педагогической деятельности. Культура здоровья личности. Культура здоровья педагога. Комплексная программа по охране и управлению здоровьем учителя. Нарушениями здоровья у педагогов. Особенности труда учителя. Приемы и способы, позволяющие снять напряжение. «Стресс-коронарный» тип.

## **5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Успешное освоение дисциплины предполагает активное, творческое участие обучающихся путем планомерной, повседневной работы.

### *Общие рекомендации*

Обучение предполагает изучение содержания дисциплины на аудиторных занятиях и в ходе самостоятельной работы. Аудиторные занятия проходят в форме лекций и практических занятий/семинаров. Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся.

Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание уделяя целям и задачам, структуре и содержанию курса.

Следует обратить внимание на список основной и дополнительной литературы, которая имеется в локальной информационно-библиотечной системе Института, на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет». Эта информация необходима для самостоятельной работы обучающегося.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения.

### *Работа с конспектом лекций*

Просмотрите конспект сразу после занятий. Отметьте материал конспекта лекций, который вызывает затруднения для понимания. Попробуйте найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь на текущей консультации или на ближайшей лекции за помощью к преподавателю.

Каждую неделю отводите время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки по контрольным вопросам и тестам.

### *Выполнение практических заданий*

На первом занятии получите у преподавателя тематику практических заданий на текущий семестр и методические рекомендации.

Перед выполнением практических заданий изучите теорию вопроса, предполагаемого к исследованию, ознакомьтесь с руководством по соответствующей работе и подготовьте протокол проведения работы, в который занесите название и цели работы.

При подготовке и работе во время проведения практических занятий следует обратить внимание на следующие моменты: на процесс предварительной подготовки, на работу во время занятия, обработку полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к практическому занятию заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия.

Работа во время проведения практического занятия включает несколько моментов:

- консультирование обучающихся преподавателями с целью предоставления исчерпывающей информации, необходимой для самостоятельного выполнения предложенных преподавателем задач;
- самостоятельное выполнение заданий согласно обозначенной тематики.

Обработка, обобщение полученных результатов работы проводится обучающимися самостоятельно или под руководством преподавателя (в зависимости от степени сложности поставленных задач). В результате оформляется индивидуальный отчет. Подготовленная к сдаче на контроль и оценку работа сдается преподавателю. Форма отчетности может быть письменная, устная или две одновременно. Главным результатом в данном случае служит получение положительной оценки по каждому практическому занятию. Это является необходимым условием при проведении рубежного контроля и допуска к зачету. При получении неудовлетворительных результатов обучающийся имеет право в дополнительное время пересдать преподавателю работу до проведения промежуточной аттестации.

#### *Семинарские занятия*

Следует разумно организовывать работу по подготовке к семинарскому занятию. К теме каждого семинара даётся определённый план, состоящий из нескольких вопросов, рекомендуется список литературы, в том числе, и обязательной. Работу следует начинать с прочтения рекомендованных глав из различных учебников, ознакомиться с остальной рекомендованной литературой. Далее следует проанализировать информацию из каждого источника. Выводы из анализа должны делаться самостоятельно, хотя в науке не следует пренебрегать авторитетом знаменитых авторов, но следует помнить, что не все научные положения являются бесспорной истиной. Критическое отношение (конечно, обдуманное) является обязательным элементом научной аналитической работы.

Подготовьте ответы на каждый вопрос плана. Каждое положение ответа подтверждается (если форма семинара это предусматривает) выдержкой из

документа. Подготовку следует отразить в виде плана в специальной тетради подготовки к семинарам.

Следует продумать ответы на так называемые «проблемно-логические» задания. Каждое из этих заданий связано с работой по сравнению различных исторических явлений, обоснованием какого-либо тезиса, раскрытием содержания определённого понятия. Их следует продумать, а те, которые указаны преподавателем, можно выполнить как краткую письменную работу на одной – двух тетрадных страничках.

Если преподавателем поручено подготовить доклад или сообщение по какой-то указанной теме, то он готовится и в письменной и в устной форме (в расчете на 5-7 минут сообщения). После этого необходимо обсудить его на семинаре на предмет соответствия критериям: полнота, глубина раскрытия темы, самостоятельность выводов, логика развития мысли.

На семинарском занятии приветствуется любая форма вовлеченности: участие в обсуждении, дополнения, критика – всё, что помогает более полному и ясному пониманию проблемы.

Результаты работы на семинаре преподаватель оценивает и учитывает в ходе проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.

#### *Курсовые работы*

Продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной научной (учебно-исследовательской) темы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее.

#### *Подготовка к экзамену (зачёту)*

К экзамену (зачёту) необходимо готовится целенаправленно, регулярно, систематически и с первых дней обучения по данной дисциплине. Попытки освоить дисциплину в период зачетно-экзаменационной сессии, как правило, показывают не слишком удовлетворительные результаты.

При подготовке к экзамену (зачёту) обратите внимание на защиту практических заданий на основе теоретического материала.

При подготовке к экзамену (зачёту) по теоретической части выделите в вопросе главное, существенное (понятия, признаки, классификации и пр.), приведите примеры, иллюстрирующие теоретические положения.

## **6. Методические указания по оформлению разных форм отчетности самостоятельной работы**

*1. Эссе* – одна из форм письменных работ, наиболее эффективная при освоении обязательных дисциплин и дисциплин части, формируемой участниками образовательных отношений. Роль этой формы контроля особенно важна при формировании универсальных компетенций выпускника, предполагающих приобретение основ гуманитарных, социальных и экономических знаний, освоение базовых методов соответствующих наук.

Написание эссе – это вариант творческой работы, в которой должна

быть выражена позиция автора по избранной теме.

Эссе – прозаическое сочинение небольшого объема и свободной композиции, трактующее тему и представляющее попытку передать индивидуальные впечатления и соображения, так или иначе, с ней связанные.

Эссе – средство, позволяющее оценить умение обучающегося письменно излагать суть поставленной проблемы, самостоятельно проводить анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария соответствующей дисциплины, делать выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Эссе должно содержать четкое изложение сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария соответствующей дисциплины, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме. В зависимости от специфики дисциплины формы эссе могут значительно дифференцироваться. В некоторых случаях это может быть анализ собранных обучающимся конкретных данных по изучаемой проблеме, анализ материалов из средств массовой информации, подробный разбор предложенной преподавателем проблемы с развёрнутыми пояснениями и анализом примеров, иллюстрирующих изучаемую проблему и т.д.

Требования к эссе могут трансформироваться в зависимости от конкретной дисциплины, однако качество работы должно оцениваться по следующим критериям: самостоятельность выполнения, способность аргументировать положения и выводы, обоснованность, четкость, лаконичность, оригинальность постановки проблемы, уровень освоения темы и изложения материала (обоснованность отбора материала, использование первичных источников, способность самостоятельно осмысливать факты, структура и логика изложения). Для подготовки эссе обучающемуся предоставляется список тем, список обязательной и дополнительной литературы, требования к оформлению.

*Структура эссе:*

1. Титульный лист.
2. План.
3. Введение с обоснованием выбора темы.
4. Текстовое изложение материала (основная часть).
5. Заключение с выводами по всей работе.
6. Список использованной литературы.

*2. Реферат.*

*Реферат* – форма письменной работы, которую рекомендуется применять при освоении дисциплин части, формируемой участниками образовательных отношений. Как правило, реферат представляет собой краткое изложение содержания научных трудов, литературы по определенной научной теме.

*Тему* реферата обучающиеся выбирают по желанию. Основным критерий выбора – учебно-научный и профессиональный интерес обучающегося.

*Цель* написания – более глубокий уровень освоения тематики дис-



циплины. Обучающемуся при написании реферата предстоит стать исследователем, взглянуть на проблему самостоятельно и, может быть, обнаружить, открыть для себя то, что оставалось ранее незамеченным.

*Структура* реферата включает следующие компоненты:

- титульный лист;
- содержание;
- введение;
- основную часть;
- заключение;
- список использованной литературы;
- приложения.

Во *введении* обосновывается актуальность выбранной темы и личный интерес автора к теме.

В *основной части* необходимо осветить те или иные стороны проблемы. Материал основной части рекомендуется излагать в форме параграфов. Вначале излагается теоретический материал: описываются рабочие термины, рассматриваются имеющиеся в научной литературе теоретические концепции, важные положения, аспекты. Затем приводятся фактические данные: наблюдения специалистов, наблюдения обучающегося. Хорошо, если удастся критически проанализировать и сопоставить теоретические и фактические данные.

В *заключении* формулируются выводы, дается оценка проведенного анализа, изученного материала.

*Реферат* оформляется на электронном носителе, шрифт TimesNewRoman, размер – 14 pt, поля по 2 см с каждой стороны. Объем – 10-12 стр. Нумерация страниц – по центру внизу. Список использованных источников составляется в алфавитном порядке методом библиографического описания по ГОСТу. В случае использования материалов Интернет необходимо указывать электронные сайты.

В тексте реферата в случае использования цитат необходимо делать сноски с указанием библиографических данных и соответствующей страницы. Титульный лист оформляется в соответствии с образцами, предоставляемыми кафедрой.

### *3. Дискуссия (в режиме онлайн).*

Дискуссия является одной из важнейших форм образовательной деятельности, стимулирующей инициативность учащихся, развитие рефлексивного мышления. В основе дискуссии – метод обсуждения и разрешения спорных вопросов. В отличие от обсуждения как обмена мнениями, дискуссией называют обсуждение-спор, столкновение точек зрения, позиций и т.д. Дискуссия – равноправное обсуждение обучающимися (под руководством и с учетом планирования преподавателем) вопросов, на которых нет единого ответа в ходе освоения материала изучаемой дисциплины. Результатом дискуссии может быть общее соглашение, лучшее понимание, новый взгляд на проблему, совместное решение. В онлайн режиме обучающимся предлагается обсудить заявленную тему, найти способы профессионального поведения в той или иной ситуации. Преподаватель выполняет функции ведущего дискус-

сии. Он оценивает: активность каждого участника; степень владения знаниями каждого участника; оригинальность предлагаемых идей, решений.

#### 4. Доклад (с презентацией)

*Доклад* – вид самостоятельной работы, способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, приучает критически мыслить.

Главная особенность доклада заключается в том, что перед обучающимся стоит задача продемонстрировать своё ораторское искусство, умение в течение 5-7 минут кратко изложить основные положения изученного материала, быть готовым ответить на заданные вопросы.

Подготовка доклада требует большой самостоятельности и серьезной интеллектуальной работы. Она включает несколько этапов и предусматривает длительную, систематическую работу обучающихся и помощь педагогов по мере необходимости:

- составляется план доклада путем обобщения и логического построения материала доклада;
- подбираются основные источники информации;
- систематизируются полученные сведения путем изучения наиболее важных научных работ по данной теме, перечень которых, возможно, дает сам преподаватель;
- делаются выводы и обобщения в результате анализа изученного материала, выделения наиболее значимых для раскрытия темы доклада фактов, мнений разных ученых и требования нормативных документов.

К докладу по укрупненной теме могут привлекаться несколько обучающихся, между которыми распределяются вопросы выступления.

Обычно в качестве тем для докладов преподавателем предлагается тот материал учебного курса, который не освещается в лекциях, а выносится на самостоятельное изучение. Поэтому доклады, сделанные на практических (семинарских) занятиях, с одной стороны, позволяют дополнить лекционный материал, а с другой, – дают преподавателю возможность оценить умения, обучающихся самостоятельно работать с учебным и научным материалом.

Построение доклада, как и любой другой письменной работы, традиционно включает три части: вступление, основную часть и заключение.

Во вступлении обозначается актуальность исследуемой в докладе темы, устанавливается логическая связь ее с другими темами.

В основной части раскрывается содержание рассматриваемого вопроса.

В заключении формулируются выводы, делаются предложения и подчеркивается значение рассмотренной проблемы.

Доклад может сопровождаться презентацией. *Презентация* – это документ или комплект документов, предназначенный для представления чего-либо (организации, проекта, продукта и т.п.). Цель презентации – донести до целевой аудитории полноценную информацию об объекте презентации в удобной форме.

При проведении практических (семинарских) занятий методом развернутой беседы по отдельным вопросам может выступить заранее подготовлен-

ное сообщение.

*Сообщения* отличаются от докладов тем, что дополняют вопрос фактическим или статистическим материалом.

Необходимо выразить свое мнение по поводу оставленных вопросов и построить свой ответ в логической взаимосвязи с уже высказанными суждениями.

Выполнения определенных требований к выступлениям обучающихся на практических (семинарских) занятиях являются одним из условий, обеспечивающих успех выступающих.

Среди них можно выделить следующие:

- 1) взаимосвязь выступления с предшествующей темой или вопросом;
- 2) раскрытие сущности проблемы;
- 3) методологическое значение исследуемого вопроса для профессиональной и практической деятельности.

#### *5. Курсовая работа*

*Курсовая работа* – задание, которое выполняется студентами в виде исследовательской работы. Курсовые работы выполняют по предметам, которые являются основными по специальности.

*Содержание* курсовой работы. Курсовая работа, как правило, включает *теоретическую* часть – изложение позиций и подходов, сложившихся в науке по данному вопросу, и *аналитическую* (практическую часть) – содержащую анализ проблемы на примере конкретной ситуации (на примере предприятия, социальной группы).

Курсовая работа в обязательном порядке содержит оглавление (содержание), введение, теоретический(ие) раздел(ы), практический(ие) раздел(ы), иногда проектную часть, в которой обучающийся отражает проект решения рассматриваемой проблемы, заключение, список литературы, и приложения по необходимости. Объем курсовой работы может варьироваться.

*Введение* должно быть выстроено по определенной структуре и должно содержать актуальность (должна раскрывать важность изучения рассматриваемой проблематики) исследования, цель (ожидаемый конечный результат исследования), задачи (этапы достижения цели) работы (это обычно делается в форме перечисления: *изучить, проанализировать, описать, выявить, исследовать, предложить* и т.д. Количество и содержание решаемых задач должно соответствовать названию и содержанию глав, параграфов), объект (событие, явление, предмет на который направленно исследования) и предмет (определенная часть, свойство, характеристика объекта) исследования, степень разработанности проблемы (анализ научной литературы по теме исследования. Здесь выявляются наиболее важные, дискуссионные вопросы изучаемой темы и наименее изученные аспекты проблемы), методологию исследования (теоретические разработки и практические методы, с помощью которых решались поставленные задачи), сведения о структуре исследования. Основное предназначение введения – это подготовка читателя к пониманию проблематики темы курсовой работы.

Объем введения не должен превышать 2 страницы.

В *основной* части раскрываются сущностные основы, структурные и динамические аспекты исследуемого явления или процесса, дается их теоретическое обоснование с широким использованием специальной литературы и статистических материалов.

Рассмотрение каждого вопроса завершается *выводом*, в котором дается управленческая оценка исследуемого вопроса, осуществляется логический переход к последующему изложению. Материал основной части должен быть связан с современными проблемами государственного (муниципального) управления в России. Объем основной части – до 20 страниц.

Основная часть курсовой работы, как правило, состоит из двух (трех) глав.

В первой главе рассматривается сущность и теоретические основы исследуемого явления или процесса (в частности, подходы к изучению и точки зрения представителей различных школ и течений). Выявляются их предпосылки, условия развития, характеризуется структура (или классификация), анализируются показатели и их значимость.

Во второй главе характеризуются состояние, динамика, проблемы, а также тенденции развития исследуемого явления или процесса (как правило, за последние несколько лет). Выявляются и оцениваются отклонения практики от теории, устанавливаются положительные и негативные тенденции, описываются способы устранения или ослабления их действия.

Содержание глав основной части должно точно соответствовать теме курсовой работы и полностью раскрывать ее.

В *заключении* подводятся итоги исследования, формулируются краткие, самостоятельные выводы по содержанию работы. Как правило, содержательный аспект заключения определяется поставленной в работе целью и сформулированными задачами. Здесь же отмечается практическая направленность и ценность работы, область ее настоящего или возможного будущего применения.

Важно доказать, что поставленные задачи решены и цель достигнута. Если проведенное исследование не достигло цели, необходимо отметить, насколько автору удалось приблизиться к решению данных задач и имеется ли возможность решить их полностью или частично.

Вывод в заключении не должен представлять собой механического суммирования резюме, содержащихся в конце глав. В заключении должен содержаться общий итог всего исследования, его конечный результат.

Рекомендуемый объем заключения – 2-3 страницы.

## **7. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)**

Самостоятельная работа обучающихся включает следующие формы:

- аудиторная самостоятельная работа;
- внеаудиторная самостоятельная работа;
- творческая, в том числе научно-исследовательская работа.

Аудиторная самостоятельная работа обучающихся по данной дисциплине предусматривает:

- выполнение самостоятельных работ;
- выполнение контрольных и практических работ;
- решение задач теоретической и практической направленности;
- работу со справочной, методической и научной литературой;
- решение кейсов, деловые игры.

Основными видами самостоятельной работы обучающихся при изучении данной дисциплины являются:

- подготовка к аудиторным занятиям и выполнение заданий разного уровня сложности: к проблемным лекциям, семинарам, дискуссиям, коллоквиумам и т.п.;
- изучение отдельных тем или вопросов учебной дисциплины, составление конспектов, самоконтроль знаний;
- выполнение контрольных работ, контрольных домашних работ, творческих заданий;
- подготовка докладов, сообщений, рефератов, эссе, презентаций, и т.д.;
- выполнение тестовых заданий с использованием интернет-тренажеров;
- подготовка к участию в научных и научно-практических конференциях и семинарах.

Мероприятия, создающие предпосылки и условия для реализации самостоятельной работы, должны предусматривать обеспечение каждого обучающегося:

- методиками выполнения теоретических и практических (учебно-исследовательских и др.) работ;
- информационными ресурсами (справочники, учебные пособия, банки индивидуальных заданий, обучающие программы и т.д.);
- методическими материалами (указания, руководства, практикумы и т.п.);
- контролирующими материалами (тесты, компьютеризированное тестирование);
- консультациями;
- возможностью публичного обсуждения теоретических и/или практических результатов, полученных обучающимися самостоятельно (конференции, конкурсы).

## **8. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)**

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) – комплект методических материалов, нормирующих процедуры оценивания результатов обучения, т.е. установления соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям ОП ВО, рабочих программ дисциплин (модулей). ФОС предназначен для проведения текущего контроля успеваемости и

промежуточной аттестации.

ФОС как система оценивания состоит из следующих основных частей:

1. Фонд оценочных средств: общая характеристика;
  2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования:
    - 2.1. Компетенции с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины и индикаторы их достижения.
    - 2.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесённые с индикаторами достижения компетенций.
  3. Паспорт фонда оценочных средств текущего контроля, соотнесённых с индикаторами достижения компетенций.
  4. Виды текущего контроля, а также показатели и критерии их оценивания (по видам).
  5. Содержание оценочных средств текущего контроля, соотнесённых с индикаторами достижения компетенций.
  6. Содержание оценочных средств промежуточной аттестации, соотнесённых с индикаторами достижения компетенций.
  7. Критерии оценивания результатов обучения промежуточной аттестации по дисциплине.
  8. Оценочные материалы для формирования диагностической работы в ходе самообследования.
- ФОС является неотъемлемой частью рабочей программы дисциплины и оформлен как Приложение к рабочей программе дисциплины.

### ***Вопросы для подготовки к зачету:***

1. Что такое валеология?
2. Как происходило становление и развитие валеологии?
3. Какова роль валеологических знаний в повседневной жизни взрослых и детей?
4. Развитие валеологических знаний взглядов до 20 века.
5. Каково содержание педагогической валеологии?
6. Функции педагогической валеологии.
7. Система валеологической деятельности в школе
8. Что такое социальная ценность здоровья человека?
9. Назовите факторы здоровья.
10. Компоненты здорового образа жизни.
11. Какие науки занимаются проблемами развития личности?
12. Назовите и охарактеризуйте известные теории развития личности.
13. В чем заключается сущность биологического, социального и биосоциального подходов в развитии личности?
14. Медицина и педагогика: что объединяет их в вопросах подхода к здоровью детей и подростков?
15. В чем состоит сущность понятия « философия здоровья »?
16. Расскажите о валеологическом статусе образовательных систем.
17. В чем заключается валеологическая направленность в педагогической деятельности учителя?

18. Каковы особенности и возможности учебных предметов по пропаганде и формированию здорового образа жизни?
19. Валеологические программы в образовательных учреждениях.
20. Назовите внеурочные (внеклассные) формы работы педагогов, классных руководителей по формированию здорового образа жизни.
21. Здоровьесберегающая организация учебно-воспитательного процесса.
22. В чем особенности массово – оздоровительной работы в школе?
23. Каковы формы и методы работы образовательных учреждений по преодолению вредных привычек у школьников?
24. Оценка здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения.
25. Критерии рациональной организации урока
26. Принципы управления валеологизацией образовательного процесса.
27. Какова роль семьи в формировании здорового образа жизни, навыков и культуры поведения?
28. Что представляет собой режим труда и отдыха школьников?
29. Расскажите о культуре питания как основе нормальной жизнедеятельности школьника.
30. Назовите пути и средства преодоления у школьников отрицательного отношения к алкоголю, наркомании, курению.
31. Каковы проблемы полового воспитания школьников?
32. Каковы особенности нравственного воспитания молодежи в современных условиях?
33. Охарактеризуйте задачи педагогов в организации валеологической работы в образовательном учреждении.
34. Формы валеологического образования педагога.
35. Организация валеологического сопровождения учебного процесса.
36. Психолого-педагогическая диагностика в валеологической деятельности.
37. Профилактика табакокурения в деятельности педагога.
38. Эффективные формы профилактики алкоголизма.
39. Здоровье педагога как социальная необходимость.
40. Комплексная программа по охране и управлению здоровьем учителя.

## **9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

### ***а) основная литература*** (на основе ЭБС используемых в ВУЗе)

1. Айзман, Р. И. Здоровьесберегающие технологии в образовании : учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, М. М. Мельникова, Л. В. Косованова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 282 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07354-6. — Текст : элек-

тронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538128> (дата обращения: 05.04.2024).

2. Завьялова, Т. П. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата у обучающихся : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. П. Завьялова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 167 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09176-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539649> (дата обращения: 05.04.2024).

3. Комплексная оценка здоровья участников образовательного процесса : учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман, А. В. Лебедев, Н. И. Айзман, В. Б. Рубанович ; под общей редакцией Р. И. Айзмана. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 207 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12545-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543180> (дата обращения: 05.04.2024).

### ***б) дополнительная литература***

1. Байкова, Л. А. Психология здоровья: социальное здоровье детей и молодежи : учебное пособие для вузов / Л. А. Байкова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 216 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10465-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/541882> (дата обращения: 05.04.2024).

2. Дереча, В. А. Личностные основы наркологической профилактики и реабилитации : учебное пособие для вузов / В. А. Дереча, В. В. Карпец. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 216 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13685-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543805> (дата обращения: 05.04.2024).

3. Петрушин, В. И. Психология здоровья : учебник для вузов / В. И. Петрушин, Н. В. Петрушина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 381 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11949-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538255> (дата обращения: 05.04.2024).

4. Семикин Г.И. Здоровьесберегающие технологии и профилактика девиантного поведения в образовательной среде [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Семикин Г.И., Мысина Г.А., Миронов А.С.— Электрон. текстовые данные.— М.: Московский государственный технический университет имени Н.Э. Баумана, 2013.— 84 с. <http://www.iprbookshop.ru/31402>

5. Тихомирова, Л. Ф. Здоровьесберегающая педагогика : учебник для вузов / Л. Ф. Тихомирова, Т. В. Макеева. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 251 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06930-3.



— Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/540968> (дата обращения: 05.04.2024).

## 10. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Энциклопедии, образовательные ресурсы, справочники, электронные библиотечные системы, периодические издания

1. <https://urait.ru/> – электронная библиотечная система «Юрайт», доступ в on-line режим к большому числу наименований монографий, учебников, справочников, научных журналов, диссертаций и научных статей в различных областях знаний. Фонд ЭБС постоянно пополняется электронными версиями изданий российских издательств, а также произведениями отдельных авторов. Фонд электронной библиотеки составляет более 6000 учебников и учебных пособий.

2. <http://www.garant.ru/> Справочная правовая система «Гарант».

3. Официальный сайт Федеральной службы государственной статистики Российской Федерации. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.gks.ru>

4. <http://www.informika.ru> (Информационный центр Министерства образования и науки РФ)

5. <http://www.auditorium.ru/> (Информационный образовательный портал)

6. <http://www.catalog.unicor.ru/> (Международный Интернет-каталог «Информационные ресурсы открытой образовательной системы»)

7. <http://teachpro.ru/> (Образовательные ресурсы)

8. [www.ikprao.ru/](http://www.ikprao.ru/) – Интернет-портал Института коррекционной педагогики РАО

9. <http://www.gnpbu.ru/> Государственная научно-педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского.

10. Энциклопедии, образовательные ресурсы, справочники, периодические издания

11. <http://www.informika.ru> (Информационный центр Министерства образования и науки РФ).

12. Edu.ru

13. Google.com

14. <http://www.encyclopedia.ru> (Каталог русскоязычных энциклопедий)

15. <http://www.megakm.ru> (Сборник энциклопедий «Кирилл и Мефодий»)

16. <http://www.searchengines.ru> (Энциклопедия поисковых систем)

17. <http://www.allbest.ru/union/> (Союз образовательных сайтов)

18. <http://www.ido.ru> (Система открытого образования с использованием дистанционных технологий)

19. <http://catalog.alledu.ru/> (Каталог «Все образование»)
20. <http://www.auditorium.ru> (Информационный образовательный портал)
21. <http://www.catalog.unicor.ru> (Международный Интернет-каталог «Информационные ресурсы открытой образовательной системы»)
22. <http://teachpro.ru/> (Образовательные ресурсы)
23. <http://www.rsl.ru> Российская государственная библиотека;
24. <http://www.fonema.ru/> (научно-методический портал)
25. <http://www.pedlib.ru/> (педагогическая литература)
26. <http://adalin.mospsy.ru/>
27. <http://depositfiles.com/ru/files/>
28. <http://festival.1september.ru/>
29. <http://www.fonema.ru/>
30. <http://www.boltun-spb.ru/>
31. <http://www.krok.org.ua/logo-rus.php>
32. <http://www.logobaza.narod.ru/>
33. <http://www.logolife.ru/>
34. <http://www.ourkids.ru/>
35. <http://www.pedlib.ru/>
36. <http://www.stuttering.ru/>

### **11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

Информационные технологии охватывают все ресурсы, необходимые для управления информацией, особенно компьютеры, программное обеспечение и сети, необходимые для создания, хранения, управления, передачи и поиска информации. Информационные технологии, используемые в учебном процессе: компьютерные сети, терминалы (компьютер, сотовые телефоны, телевизор), услуги (электронная почта, поисковые системы).

Реализация учебной дисциплины требует наличия компьютерного класса со следующим обеспечением:

- из расчёта 1 помещение на 1 (одну) группу обучаемых и 1 (один) преподаватель предоставляется помещение с рабочими местами, с компьютерами (Автоматизированные Рабочие Места, АРМ), объединёнными в локальную сеть (ЛВС);

- преподавателю предоставляется учётная запись с правами локального и сетевого администратора на всех АРМ;

- характеристики АРМ: ОС не ниже Windows XP SP3, IE 6.0; аппаратное обеспечение: не ниже IntelPentium III 1000 МГц, 512 Мб RAM, 80 Гб HDD, SVGA (1024x768x32), 100 Мбит EthernetAdapter;

- характеристики сети: 100 Мбит FastEthernet, наличие доступа в Ин-

тернет;

- проектор с возможностью подключения к разъему D-Sub и, желательно, DVI или возможность подключения Flash-накопителя;
- проекционный экран с белым проекционным полотном без крупных физических дефектов;
- ЛВС должна иметь высокоскоростное подключение к сети Internet.

## **12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

Лекционные аудитории, аудитории для проведения практических занятий, оснащенные средствами для мультимедийных презентаций, цифровой аудио- и видео- фиксации, и воспроизведения информации, компьютерной техникой с лицензированным программным обеспечением, пакетами правовых и других прикладных программ по тематике дисциплины.

При проведении практических и лекционных занятий, а также при выполнении самостоятельной работы используются такие программные продукты, как Word, Excel, PowerPoint, InternetExplorer.

Для более углубленного изучения дисциплины и рассмотрения ее практических аспектов предусмотрено использование систем СПС «Гарант» и СПС «Консультант Плюс», что дает возможность своевременно отслеживать изменения в нормативно-правовой базе, регламентирующей коммерческую деятельность организаций.

Реализация программы учебной дисциплины требует наличие учебного кабинета (аудитории). Оборудование учебного кабинета (аудитории) предполагает комплект специализированной мебели для:

- организации рабочего места преподавателя;
- организации рабочих мест обучающихся;
- рационального размещения и хранения средств обучения;
- организации использования аппаратуры.

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

- библиотечный фонд ЧУ ВО «ИГА»;
- компьютерный класс с выходом в Интернет;
- мультимедийное оборудование для чтения лекций-презентаций.

При изучении дисциплины используются аудитории, оборудованные мультимедийными средствами обучения: проектором, ноутбуком, интерактивной доской. Использование интернет-ресурсов предполагает проведение занятий в компьютерных классах с выходом в Интернет. В компьютерных классах обучающиеся имеют доступ к информационным ресурсам, к базе данных библиотеки. Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья необходимы специальные условия для получения образования.

В целях доступности получения высшего образования по образовательным программам инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья Институтом обеспечивается:

1. Наличие альтернативной версии официального сайта Института в сети «Интернет» для слабовидящих.

2. Присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь.

3. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху – дублирование вслух справочной информации о расписании учебных занятий; обеспечение надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации.

4. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, созданы материально-технические условия, обеспечивающие возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, объекты питания, туалетные и другие помещения Института, а также пребывания в указанных помещениях (наличие расширенных дверных проемов, поручней и других приспособлений).

### **13. Программное обеспечение (комплект лицензионного программного обеспечения)**

Для повышения качества подготовки и оценки полученных знаний часть практических занятий планируется проводить в компьютерном классе с использованием компонентов Microsoft Office 2007, 2008, 2010: Word, Excel, Access, PowerPoint, Visio, 1С: Предприятие.