

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Биологический факультет

УТВЕРЖДАЮ

Декан биологического факультета

Юдакова О. И.

09<sup>го</sup> Сентября 2021 г.

### Рабочая программа дисциплины

## ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

Направление подготовки магистратуры

44.04.01 Педагогическое образование

Профиль подготовки

Биология и экология в системе общего и профессионального образования

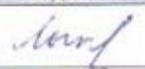
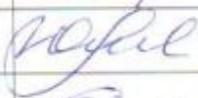
Квалификация (степень) выпускника

Магистр

Форма обучения

очная

Саратов,  
2021

Статус	ФИО	Подпись	Дата
Преподаватель-разработчик	Лыкова Е. Ю.		09.09.21
Председатель НМК	Юдакова О. И.		09.09.21
Заведующий кафедрой	Семячкина-Глушковская О. В.		09.09.21
Специалист Учебного управления			

## 1. Цели освоения дисциплины.

Целями освоения дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» являются формирование у студентов теоретических и методологических основ оздоровительной работы, представления о здоровьесберегающих технологиях в профессиональной деятельности; о механизмах воздействия здоровьесберегающих технологий на обучающихся, о возможностях влияния здоровьесберегающих технологий на становление личности учащихся, укрепление их здоровья.

## 2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина относится к базовой части цикла Б1.О.10, изучается в 1 семестре.

Данный курс имеет тесную взаимосвязь с курсами «Методика обучения биологии и экологии в образовательных учреждениях», «Основы организации научно-исследовательской работы», «Биология в системе общего и профессионального образования».

Освоение дисциплины базируется на знаниях и умениях, полученных на предыдущей ступени высшего профессионального образования (бакалавриат) в процессе изучения дисциплин «Педагогика», «Психология», «Основы медицинских знаний», «Возрастная анатомия, физиология, гигиена». Данный курс необходим для освоения следующих дисциплин: «Инклюзивное образование», «Методы и технологии проектирования образовательных программ по биологии и экологии» и прохождения педагогической практики.

## 3. Результаты обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижение компетенции	Результаты обучения
<b>ОПК-3</b> способен проектировать организацию совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями	<b>1.1_М.ОПК-3</b> Показывает знания основных методов и средств организации совместной и индивидуальной деятельности; применяет современные средства информационно-коммуникационных технологий при проведении научных исследований; ориентируется в методологических основах учебной и воспитательной деятельности; стандартных методах и технологиях, позволяющих решать задачи проектирования образовательной среды; проектирование организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями <b>2.1_М.ОПК-3</b> Самостоятельно выбирает методологические подходы к организации совместной и индивидуальной деятельности; осуществляет взаимодействие с обучающимися, в том числе с особыми образовательными потребностями в вопросах учебной и воспитательной деятельности; анализировать и применять методы психолого-педагогического проектирования образовательной	<b>Знать:</b> средства, методы, технологии и приемы здоровьесбережения в образовании; основные понятия и категории здоровьесберегающих технологий; инновационные здоровьесберегающие технологии в области образования <b>Уметь:</b> самостоятельно выбирать анализировать и применять медико-педагогические методы проектирования здоровьесберегающей образовательной среды; применять здоровьесберегающие технологии на уроках биологии и экологии; применять нормативно-правовые акты по охране здоровья в практической деятельности; применять методы формирования мотивационных основ здорового образа жизни у детей и их родителей, учителей; организовывать индивидуальную и коллективную работу по здоровьесбережению детей; <b>Владеть:</b> актуальными здоровьесберегающими средствами, методами, технологиями профессиональной деятельности в сфере образования; методами сохранения

	<p>среды</p> <p><b>3.1_М.ОПК-3</b> <b>Использует</b> принципы и методы проведения проектирования образовательной среды (в том числе совместной и индивидуальной деятельности); организывает, прогнозирует и проводит анализ учебной и воспитательной деятельности</p>	<p>профессионального здоровья</p>
<p><b>ПК-5</b></p> <p>способен разрабатывать методические материалы, проектировать образовательные программы и рабочие программы дисциплин по избранному профилю; осуществлять педагогическую деятельность по профильным дисциплинам (модулям) в рамках дополнительного образования, в том числе, и для обучающихся с особыми образовательными потребностями</p>	<p><b>1.1_М.ПК-5</b> Способен разрабатывать педагогические действия, в том числе инновационной направленности, связанные с использованием ресурсов образовательной среды (работа с учебником, занятия предметного кружка, совместные действия с библиотекой, использование ресурсов ЭОР, учебные экскурсии и т.д.).</p> <p><b>2.1_М.ПК-6</b> Способен проектировать образовательные и рабочие программы и методические материалы по биологии и экологии в соответствии с требованиями образовательных стандартов.</p> <p><b>3.1_М.ПК-5</b> Ориентируется в психолого-педагогических основах проектирования взаимодействия с различными категориями участников образовательных отношений, в том числе, для обучающихся с особыми образовательными потребностями</p>	<p><b>Знать:</b> определение, компоненты и основные концепции здоровья; методы оценивания индивидуального и общественного здоровья; принципы педагогики здоровьесбережения; принципы создания здоровьесберегающей среды в образовательных учреждениях</p> <p><b>Уметь:</b> разрабатывать методические материалы по здоровьесбережению с учетом возрастных и личностных особенностей обучающихся; разрабатывать медико-педагогические оздоровительные мероприятия для различных категорий; использовать основные методы, способы и средства оздоровления в образовательном процессе</p> <p><b>Владеть:</b> основными теоретическими знаниями и методами диагностики состояния индивидуального и общественного здоровья; организационными навыками формирования здоровьесберегающей среды; навыками здоровьесберегающего сопровождения обучающихся в образовательной среде</p>

#### 4. Структура и содержание дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе».

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы, 144 часа.

##### 4.1. Структура дисциплины

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Формы промежуточной аттестации (по семестрам)
				лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	
1	Введение. Предмет и задачи науки о здоровье. Проблемы здоровьесбережения детей в современном обществе и образовании	1	1-2 3-4	4	4	18	Доклады, рефераты, презентации
2	Методологические аспекты	1	5	2		18	Рефераты,

	проблемы формирования здорового образа жизни обучающихся и преподавателей		6		2		презентации
3	Методическая система организации здоровьесберегающего образования	1	7-10 11-14	8	8	22	Рефераты, опрос письменный и устный
4	Здоровьесберегающие технологии работы с детьми с ОВЗ	1	15-16 17-18	4	4	14	Рефераты, доклады, презентации
	Промежуточная аттестация	1				36	Экзамен
	<b>Итого</b>			<b>18</b>	<b>18</b>	<b>108</b> 72с+ 36э	<b>144 ч</b>

#### 4.2. Содержание дисциплины

##### **Раздел 1. Введение. Предмет и задачи науки о здоровье. Проблемы здоровьесбережения детей в современном обществе и образовании.**

Исторические аспекты и современные подходы к проблеме здоровья. Здоровье физическое, психическое, социальное, психологическое. Факторы, определяющие здоровье человека. Здоровый образ жизни и его составляющие. Валеология как наука о здоровье, её становление и развитие. Современная ситуация со здоровьем российских детей. Внутришкольные факторы риска для здоровья детей и подростков. Дезадаптационные состояния и «школьные болезни». Этапы развития и становления здоровьесбережения как науки в нашей стране и за рубежом. Развитие технологий здоровьесбережения: теоретический и прикладной аспекты. Использование технологий здоровьесбережения в современной системе образования: проблемы и перспективы развития.

##### **Раздел 2. Методологические аспекты проблемы формирования здорового образа жизни обучающихся и преподавателей.**

Концепции здоровьесберегающей школы, реализующей комплексный подход к сохранению здоровья обучающихся и преподавателей. Основные компоненты здоровьесберегающей деятельности: здоровьесберегающая организация учебного процесса, здоровьесберегающие методики обучения и специальные учебные программы по сохранению здоровья. Сущность педагогического подхода к здоровью человека как цели и результату здорового образа жизни. Характеристика человека как носителя здоровья.

##### **Раздел 3. Методическая система организации здоровьесберегающего образования**

Цели, задачи и содержание здоровьесберегающего образования. Основные критерии, используемые в классификации. Здоровьесберегающие технологии в образовании: медико-гигиенические, физкультурно-оздоровительные, экологические здоровьесберегающие технологии, технологии обеспечения безопасности жизни деятельности, социально-адаптирующие. Здоровьесберегающие образовательные технологии: организационно-педагогические, психолого-педагогические, учебно-воспитательные. Здоровьесберегающая педагогическая деятельность: принципы сущность, ценностные ориентации. Валеологическая компетентность и культура здоровья в профессиональной педагогической деятельности. Подходы мониторинга состояния здоровья преподавателей и обучающихся в ситуациях их непосредственного и опосредованного взаимодействия. Сущность традиционных и современных технологий по сохранению здоровья учащихся. Здоровьесберегающие технологии работы с детьми с ОВЗ.

##### **Раздел 4. Здоровьесберегающие технологии работы с детьми с ОВЗ**

Принципы коррекции и компенсации нарушений в развитии как методологическая основа здоровьесбережения детей с ОВЗ. Физическое и психическое здоровье детей с ОВЗ. Использование содержания учебных предметов в процессе формирования ценностей здоровья

у детей с ОВЗ. Технологии сохранения и стимулирования здоровья детей с ОВЗ. Технологии обучения здоровому образу жизни. Коррекционные технологии.

## **5. Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины**

Учебный курс «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» осуществляется с помощью технологий разноуровневого и развивающего обучения.

При реализации учебной дисциплины используются следующие формы обучения:

1) *традиционные*: лекции, семинары, практические занятия.

2) *современные интерактивные технологии*: создание проблемных ситуаций, ролевые, деловые игры, интерактивные лекции, дискуссии.

При чтении лекций предусматривается использование иллюстративного материала, создание проблемных ситуаций, включение элементов беседы. Для лучшего усвоения и закрепления материала на практических занятиях проводится решение ситуационных задач, разбор конкретных ситуаций, применяется кейс-метод.

Занятия лекционного типа по данной дисциплине составляют 50% аудиторных занятий.

Удельный вес активных и интерактивных форм обучения составляет около 40% аудиторных занятий.

### **Особенности организации образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья**

- использование индивидуальных графиков обучения и сдачи экзаменационных сессий;
- организация коллективных занятий в студенческих группах с целью оказания помощи в получении информации инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья;
- проведение индивидуальных коррекционных консультаций для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- для лиц с ограничениями по слуху для облегчения усвоения материала предусматривается максимально возможная визуализация лекционного курса, в том числе широкое использование иллюстративного материала, мультимедийной техники, дублирование основных понятий и положений на слайдах;
- для лиц с ограничениями по зрению предусматривается использование крупномасштабных наглядных пособий.

## **6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.**

Самостоятельная работа обучающихся предполагает использование ими учебной, учебно-методической литературы, интернет-ресурсов для изучения соответствующих тем. Виды самостоятельной работы – закрепление теоретического материала при подготовке к выполнению контрольных тестов, написание рефератов, подготовка презентаций, составление и решение кроссвордов с использованием специальных терминов.

Для текущего и промежуточного контроля на практических занятиях проводится устный опрос обучающихся, тестирование и др.

### **6.1. Вопросы для текущего контроля**

#### **1. Предмет и задачи науки о здоровье. Проблемы здоровьесбережения детей в современном обществе и образовании**

- 1) Здоровье физическое, психическое, социальное, психологическое.
- 2) Здоровый образ жизни и профилактика болезней в разные возрастные периоды.
- 3) Идея приоритетности здоровья в условиях модернизации общества.
- 4) Современная ситуация со здоровьем российских детей.
- 5) Внутришкольные факторы риска для здоровья детей и подростков.

б) Дезадаптационные состояния и «школьные болезни».

## **2. Концепция здоровьесберегающего образования.**

1. Необходимость и актуальность здоровьесберегающей педагогики в современном образовательном пространстве.
2. Образование как фактор здоровья.
3. Сущность, цель, задачи здоровьесберегающей педагогики.
4. Педагогические основания диагностики и оценки здоровья субъектов педагогического процесса.
5. Принципы здоровьесберегающего образования и их классификация.
6. Система здоровьесберегающих педагогических технологий.

## **3. Теоретические основы здоровьесбережения детей с ОВЗ.**

1. Принципы коррекции и компенсации нарушений в развитии как методологическая основа здоровьесбережения детей с ОВЗ.
2. Физическое и психическое здоровье детей с ОВЗ.
3. Особенности заболеваний.
4. Специальное образование и здоровье детей с ОВЗ.
5. Двигательная сфера и двигательные нарушения детей с ОВЗ.
6. Речевые нарушения.
7. Нарушения эмоционально-волевой сферы.

## **4. Здоровьесберегающие технологии работы с детьми с ОВЗ**

1. Использование содержания учебных предметов в процессе формирования ценностей здоровья у детей с ОВЗ.
2. Развитие физического здоровья на занятиях ЛФК.
3. Технология паспортизации здоровья детей с ОВЗ.
4. Охранительные режимы в специальных образовательных учреждениях как здоровьесберегающие технологии.
5. Технологии сохранения и стимулирования здоровья (логоритмика, динамические паузы. Пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика и др.).
6. Технологии обучения здоровому образу жизни (самомассаж, оздоровительные праздники, проектная деятельность, игротерапия и др.).
7. Коррекционные технологии (психогимнастика, арт-терапия, природотерапия, иппотерапия и др.)

### **6.2. Темы рефератов**

1. Роль здоровьесберегающих технологий в современном обществе.
2. Развитие здоровьесберегающих технологий как условия безопасного обучения.
3. Условия повышения качества здоровьесберегающих технологий.
4. Нетрадиционные способы сохранения здоровья.
5. Проблемы формирования здорового образа жизни на разных этапах жизни человека.
6. Факторы, влияющие на здоровье субъектов образовательного процесса
7. Профессиональное здоровье педагога.
8. Здоровьесберегающие технологии в системе высшего образования.
9. Мониторинг здоровья участников образовательного процесса.
10. Технологии, наносящие ущерб здоровью учащихся и студентов.
11. Повышения защитных способностей организма.
12. Системы питания для оздоровления школьников.
13. Мотивация молодежи к ведению ЗОЖ.
14. Физкультурно-оздоровительные технологии.
15. Валеологический мониторинг образовательного процесса.

### **6.3. Вопросы для промежуточной аттестации**

1. Предмет и задачи науки о здоровье.
2. Культура здоровья как неотъемлемая часть общей и педагогической культуры.
3. Культура здоровья педагога-психолога.
4. Идея приоритетности здоровья в условиях модернизации образования.
5. Исторические аспекты и современные подходы к проблеме здоровья.
6. Теоретические и методологические проблемы теории здоровья. Факторы риска возникновения заболеваний.
7. Санитарно-педагогические требования к образовательным учреждениям.
8. Валеологический мониторинг образовательного процесса; проектирование и организация здоровьесберегающей образовательной среды.
9. Здоровый образ жизни (ЗОЖ). Составляющие ЗОЖ. Мотивация школьников к ведению ЗОЖ.
10. Влияние экологических факторов на здоровый образ жизни.
11. Факторы риска нарушения здоровья в школьной среде.
12. Адаптация учащихся к условиям учебного процесса. Взаимосвязь здоровья и адаптации.
13. Дезадаптационные состояния школьников и «школьные болезни».
14. Диагностика физического здоровья ребенка. Мониторинг здоровья участников образовательного процесса.
15. Вредные привычки. Стиль жизни.
16. Биоритмы и их значение в режиме дня школьников.
17. Влияние физических упражнений на здоровье человека.
18. Влияние стресса на здоровье человека.
19. Генезис здоровьесберегающей функции образования.
20. Подходы к пониманию человека как носителя здоровья.
21. Здоровьесберегающая функция образования.
22. Цель и задачи здоровьесберегающей педагогики.
23. Классификация здоровьесберегающих образовательных технологий, краткая характеристика.
24. Основные направления здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения.
25. Медико-гигиенические здоровьесберегающие технологии.
26. Санитарно-эпидемиологические требования к организации учебного процесса.
27. Физкультурно-оздоровительные технологии.
28. Оптимальный двигательный режим школьников.
29. Представление о гипокинезии, гиподинамии; распространенность. Виды гипокинезии: физиологическая, привычно-бытовая, профессиональная, клиническая, школьная, климатогеографическая.
30. Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности.
31. Экологические здоровьесберегающие технологии. Значимость экологических технологий в условиях ухудшения экологической ситуации в регионах и на планете в целом.
32. Здоровьесберегающие образовательные (педагогические) технологии. Определение, классификация.
33. Организация урока с позиции здоровьесбережения школьника.
34. Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения.
35. Здоровьесберегающие технологии в системе высшего образования.
36. Здоровьесозидающий потенциал личности.
37. Базовые стратегии субъектов образовательного процесса в отношении своего здоровья и их роль в здоровьесберегающей и здоровьесозидающей деятельности.
38. Принципы здоровьесберегающего образования.
39. Ребенок с ОВЗ и его здоровье.
40. Дети с ОВЗ как объект здоровьесберегающего образования.

41. Специфика здоровьесбережения детей с ОВЗ.
42. Принципы здоровьесберегающего специального образования.
43. Психолого-педагогические условия реализации здоровьесберегающей функции образования в отношении детей с ОВЗ.
44. Здоровьесберегающие технологии в системе коррекционно-развивающей работы с детьми дошкольного возраста с ОВЗ.
45. Внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс обучающихся по адаптированной программе для детей с ОВЗ.
46. Развитие физического здоровья на занятиях ЛФК с учащимися с ОВЗ
47. Оценка эффективности организации адаптивной школьной среды для обучающихся с ОВЗ.

## 7. Данные для учета успеваемости студентов в БАРС.

Таблица 1. Таблица максимальных баллов по видам учебной деятельности.

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Семестр	Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Автоматизированное тестирование	Другие виды учебной деятельности	Промежуточная аттестация	Итого
1	6	0	25	19	0	20	30	100

1 семестр

### Программа оценивания учебной деятельности студента

#### Лекции

Посещаемость, опрос, активность и др. за один семестр - от 0 до 6 баллов.

#### Практические занятия

Устный опрос на практических занятиях - от 0 до 25 баллов.

#### Самостоятельная работа

Подготовка рефератов, презентаций, докладов - от 0 до 19 баллов.

#### Другие виды учебной деятельности

Письменный (тестовый) контроль знаний – от 0 до 30 баллов

#### Промежуточная аттестация (экзамен)

**23-30 баллов** – ответ на «отлично»

**15-22 баллов** – ответ на «хорошо»

**8-14 баллов** – ответ на «удовлетворительно»

**0-7 баллов** – неудовлетворительный ответ.

Таким образом, максимально возможная сумма баллов за все виды учебной деятельности студента за первый семестр по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в образовании» составляет 100 баллов.

Таблица 2.2. Пересчет полученной студентом суммы баллов по дисциплине «Здоровьесберегающие технологии в образовании» в оценку (экзамен):

91 – 100 баллов	«отлично»
81 – 90 баллов	«хорошо»
61 – 80 баллов	«удовлетворительно»
0 - 60 баллов	«неудовлетворительно»

## 8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.

### а) литература:

1. Митяева, А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии / А.М. Митяева. – М.: Изд. центр "Академия", 2012. – 202 с.
2. Белова, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования: учебное пособие [Электронный ресурс] / Л.В. Белова. – Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2015. – 93 с. ЭБС Руконт
3. Бомин, В.А. Здоровьесберегающие технологии в сохранении и формировании здоровья студентов [Электронный ресурс] / В.А. Бомин. - Иркутск: Мегатрип, 2014. 157 с. ЭБС Руконт
4. Инновационные подходы к организации предпрофильной подготовки и профильного обучения в школе на основе здоровьесберегающей деятельности [Электронный ресурс] / Г.А. Булатова [и др.]. - Тюмень: Изд-во Аксиома, 2013. - 144 с. ЭБС Руконт
5. Попова, М.А. Здоровьесберегающие технологии в условиях модернизации образования [Электронный ресурс] / М.А. Попова. - Тюмень: Изд-во Аксиома, 2013. - 288 с. ЭБС Руконт

### б) программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Microsoft Office16/Windows, Power Point, Winword 16.exe, Acrobat Reader DC, Office16\Excel.exe

<http://www.nature.ru> – достоверная научная информация по основным разделам биологии / - единое окно образовательных ресурсов.

<http://www.prosv.ru> – сайт издательства «Просвещение»

<http://dic.academic.ru> – словари и энциклопедии

[https://ru.wikipedia.org/wiki/Индекс\\_цитирования\\_научных\\_статей](https://ru.wikipedia.org/wiki/Индекс_цитирования_научных_статей)

[https://ru.wikipedia.org/wiki/Web\\_of\\_Science](https://ru.wikipedia.org/wiki/Web_of_Science)

<https://ru.wikipedia.org/wiki/Scopus>

[https://elibrary.ru/project\\_risc.asp](https://elibrary.ru/project_risc.asp)

[https://ru.wikipedia.org/wiki/Nature\\_Publishing\\_Group](https://ru.wikipedia.org/wiki/Nature_Publishing_Group)

## 9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебная и учебно-методическая литература на бумажных и электронных носителях, мультимедийное оборудование для просмотра слайдов.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.01 Педагогическое образование и профилю «Биология и экология в системе общего и профессионального образования».

Автор (ы) доцент каф. физиологии человека и животных Е.Ю. Лыкова

Программа разработана одобрена на заседании кафедры физиологии человека и животных, протокол № 2 от 9.09.2021 года