|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  Приложение к ОПОП по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (высшее образование - бакалавриат), Направленность (профиль) программы «Начальное общее образование», утв. приказом ректора ОмГА от 25.03.2024 №34. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  Частное учреждение образовательная организация высшего образования «Омская гуманитарная академия» |
|  Кафедра "Педагогики, психологии и социальной работы" |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  УТВЕРЖДАЮ |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  Ректор, д.фил.н., профессор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Э. Еремеев |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  25.03.2024 г. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ |
|  |  |  |  |  Здоровьесберегающие технологии в начальной школе К.М.06.05.02 |  |
|  по программе бакалавриата |
|  |  |  Направление подготовки: 44.03.01 Педагогическое образование (высшее образование - бакалавриат) Направленность (профиль) программы: «Начальное общее образование» Области профессиональной деятельности и (или) сферы профессиональной деятельности. |
|  Области профессиональной деятельности. 01.ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА. |
|  *Профессиональные стандарты:* |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  **01** |  ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА |
|  **01.001** |  ПЕДАГОГ (ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СФЕРЕ ДОШКОЛЬНОГО, НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО, ОСНОВНОГО ОБЩЕГО, СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ) (ВОСПИТАТЕЛЬ, УЧИТЕЛЬ) |
|  |
|  **01.003** |  ПЕДАГОГ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  *Типы задач профессиональной деятельности:* |  педагогический, проектный, культурно- просветительский |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  **Для обучающихся:** |
|  |
|  |  заочной формы обучения 2024 года набора  на 2024-2025 учебный год  Омск, 2024 |

|  |
| --- |
|  Составитель:  к.пед.н., доцент \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Котлярова Т.С./  Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры «Педагогики, психологии и социальной работы» Протокол от 22.03.2024 г. №8 |
|  Зав. кафедрой, доцент, к.п.н. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Котлярова Т.С./ |

|  |
| --- |
|  **СОДЕРЖАНИЕ** |
|  |
|  1 Наименование дисциплины  2 Формируемые у обучающегося компетенции и запланированные результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения компетенций  3 Указание места дисциплины в структуре образовательной программы  4 Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся  5 Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий  6 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине  7 Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины  8 Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины  9 Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины  10 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем  11 Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине  12 Фонд оценочных средств (Приложения 1-5)  |

|  |
| --- |
|  ***Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с:*** |
|  - Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; - Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденного Приказом Министерства образования и науки РФ от 22.02.2018 г. № 121 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование» (далее - ФГОС ВО, Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования);  - Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденным приказом Минобрнауки России от 05.04.2017 № 301 (зарегистрирован Минюстом России 14.07.2017, регистрационный № 47415, (далее - Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования). Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с локальными нормативными актами ЧУОО ВО «Омская гуманитарная академия» (далее – Академия; ОмГА): - «Положением о порядке организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам магистратуры», одобренным на заседании Ученого совета от 28.08.2017 (протокол заседания № 1), Студенческого совета ОмГА от 28.08.2017 (протокол заседания № 1), утвержденным приказом ректора от 28.08.2017 №37; - «Положением о порядке разработки и утверждения образовательных программ», одобренным на заседании Ученого совета от 28.08.2017 (протокол заседания № 1), Студенческого совета ОмГА от 28.08.2017 (протокол заседания № 1), утвержденным приказом ректора от 28.08.2017 №37; - «Положением о практической подготовке обучающихся», одобренным на заседании Ученого совета от 28.09.2020 (протокол заседания №2), Студенческого совета ОмГА от 28.09.2020 (протокол заседания №2); - «Положением об обучении по индивидуальному учебному плану, в том числе, ускоренном обучении, студентов, осваивающих основные профессиональные образовательные программы высшего образования - программы бакалавриата, магистратуры», одобренным на заседании Ученого совета от 28.08. 2017 (протокол заседания № 1), Студенческого совета ОмГА от 28.08.2017 (протокол заседания № 1), утвержденным приказом ректора от 28.08.2017 №37; - «Положением о порядке разработки и утверждения адаптированных образовательных программ высшего образования – программ бакалавриата, программам магистратуры для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов», одобренным на заседании Ученого совета от 28.08.2017 (протокол заседания № 1), Студенческого совета ОмГА от 28.08.2017 (протокол заседания № 1), утвержденным приказом ректора от 28.08.2017 №37; - учебным планом по основной профессиональной образовательной программе высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование направленность (профиль) программы: «Начальное общее образование»; форма обучения – заочная на 2024-2025 учебный год, утвержденным приказом ректора от 25.03.2024 № 34; Возможность внесения изменений и дополнений в разработанную Академией образовательную программу в части рабочей программы дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе» в течение 2024-2025 учебного года: при реализации образовательной организацией основной профессиональной образовательной программы высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование; заочная форма обучения в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации в сфере |

|  |
| --- |
|  образования, Уставом Академии, локальными нормативными актами образовательной организации при согласовании со всеми участниками образовательного процесса. |
|  |
|  **1. Наименование дисциплины: К.М.06.05.02 «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе».** **2. Формируемые у обучающегося компетенции и запланированные результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения компетенций:** |
|  |
|  В соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденного Приказом Министерства образования и науки РФ от 22.02.2018 г. № 121 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование» при разработке основной профессиональной образовательной программы (далее - ОПОП) бакалавриата определены возможности Академии в формировании компетенций выпускников соотнесенные с индикаторами достижения компетенций. Процесс изучения дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе» направлен на формирование у обучающегося компетенций и запланированных результатов обучения, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций: |
|  **Код компетенции: ПК-2** **Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность** |
|  **Индикаторы достижения компетенции:** |
|  ПК-2.1 знать алгоритм постановки воспитательных целей, проектирования воспитательных программ и методов их реализации в соответствии с требованиями ФГОС |
|  ПК-2.2 знать содержание, организационные формы, технологии воспитательной работы в школе |
|  ПК-2.3 знать содержание, организационные формы, технологии воспитательной работы в детском саду |
|  ПК-2.4 знать систему планирования и организации воспитательной работы с детским коллективом; этапы подготовки и проведения воспитательных мероприятий, коллективных творческих дел |
|  ПК-2.5 знать особенности формирования и функционирования детского коллектива, органов ученического самоуправления |
|  ПК-2.7 уметь проектировать способы организации различных видов деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других мероприятий |
|  ПК-2.8 уметь организовывать деятельность в области подготовки и проведения воспитательных мероприятий |
|  ПК-2.11 уметь анализировать реальное состояние дел в группе детей, поддерживать в детском коллективе позитивные межличностные отношения |
|  ПК-2.13 владеть методами организации работы с родителями (законными представителями) обучающихся, способами оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся, в том числе родителям, имеющим детей с ОВЗ |
|  ПК-2.14 владеть методикой подготовки, организации и проведения коллективно- творческих мероприятий в детском объединении; навыками проведения индивидуальной и групповой работы с детьми и подростками разных возрастных категорий |
|  ПК-2.15 владеть способами регулирования поведения воспитанников для обеспечения безопасной образовательной среды |
|  ПК-2.16 владеть способами реализации интерактивных форм и методов воспитательной |

|  |
| --- |
|  работы, организации экскурсий, походов и экспедиций и других воспитательных мероприятий |
|  ПК-2.17 владеть методами организации работы с родителями (законными представителями) обучающихся, способами оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся, в том числе родителям, имеющим детей с ОВЗ |
|  |  |  |  |
|  **Код компетенции: ПК-5** **Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно- воспитательном процессе и внеурочной деятельности** |
|  **Индикаторы достижения компетенции:** |
|  ПК-5.1 знать общие закономерности роста и анатомо-физиологические особенности развития организма детей в разные возрастные периоды |
|  ПК-5.2 знать санитарно-гигиенические правила и нормы организации учебно- воспитательного процесса |
|  ПК-5.3 знать здоровьесберегающие технологии в организации безопасной и комфортной образовательной среды |
|  ПК-5.6 знать принципы формирования здорового образа жизни |
|  ПК-5.7 уметь применять полученные теоретические знания и практические навыки в профессиональной деятельности |
|  ПК-5.9 уметь использовать здоровьесберегающие технологии в организации образовательного пространства |
|  ПК-5.13 владеть навыками использования здоровьесберегающих технологий в образовательно-воспитательном процессе |
|  |  |  |  |
|  **3. Указание места дисциплины в структуре образовательной программы** |
|   Дисциплина К.М.06.05.02 «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе» относится к обязательной части, является дисциплиной Блока Б1. «Дисциплины (модули)». Модуль "Содержание и методы обучения в предметной области "Физическая культура"" основной профессиональной образовательной программы высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование. |
|  |  |  |  |
|  Содержательно-логические связи |  Коды форми- руемых компе- тенций |
|  Наименование дисциплин, практик |
|  на которые опирается содержание данной учебной дисциплины |  для которых содержание данной учебной дисциплины является опорой |
|  Успешное освоение программы среднего общего образования |  Производственная (педагогическая) практика (преподавательская) Производственная (педагогическая) практика (ранняя преподавательская) |  ПК-2, ПК-5 |
|  |  |  |  |
|  **4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся** |
|  Объем учебной дисциплины – 3 зачетных единиц – 108 академических часов Из них: |
|  |  |  |  |
|  Контактная работа |  18 |
|  *Лекций* |  8 |
|  *Лабораторных работ* |  0 |

|  |  |
| --- | --- |
|  *Практических занятий* |  10 |
|  *Семинарских занятий* |  0 |
|  Самостоятельная работа обучающихся |  86 |
|  Контроль |  4 |
|  |  |  |  |  |
|  Формы промежуточной аттестации |  зачеты 5 |
|  |  |  |  |  |
|  **5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий** **5.1. Тематический план** |
|  |  |  |  |  |
|  Наименование раздела дисциплины |  Вид занятия |  Курс |  Часов |
|  |  |  |  |
|  Тема 1. Проблема здоровьесбережения детей в современном обществе |  Лек |  5 |  2 |
|  Тема 2. Понятие здоровьесберегающих технологий |  Лек |  5 |  2 |
|  Тема 3. Педагогика здоровья и ее основополагающие принципы. |  Лек |  5 |  2 |
|  Тема 4. Технологии сбережения физического здоровья детей |  Лек |  5 |  2 |
|  Тема 5. Технологии сбережения психического здоровья детей |  Лек |  5 |  0 |
|  Тема 6. Технологии сбережения социального здоровья детей |  Лек |  5 |  0 |
|  Тема 7.Факторы, определяющие здоровый образ жизни. |  Лек |  5 |  0 |
|  Тема 8. Технологии формирования здорового образа жизни у детей на разных возрастных этапах |  Лек |  5 |  0 |
|  Тема 9. Валеологическое воспитание - актуальная задача новой школы. |  Лек |  5 |  0 |
|  Тема 1. Современная ситуация со здоровьем российских детей. Понятие здоровьесберегающих технологий |  Пр |  5 |  2 |
|  Тема 2. Рациональная организация учебного труда и отдыха. Оптимизация ус-ловий пребывания детей в образовательном учреждении с позиции требований нор-мального режима его работы |  Пр |  5 |  2 |
|  Тема 3. Внутришкольные факторы риска для здоровья детей и подростков. Педагогика здоровья и ее основополагающие принципы |  Пр |  5 |  2 |
|  Тема 4. Планирование учебного процесса как фактор укрепления и сохранения здоровья. Технологии организации урока, рациональной с позиции здоровьесбереже-ния. |  Пр |  5 |  2 |
|  Тема 5. Слагаемые валеологической культуры педагога. Проблемы со здоровьем педагогов. |  Пр |  5 |  2 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  Тема 6. Понятие о стрессе и дистрессе. Стиль педагогического общения как основа психологически комфортной здоровьесберегающей среды образовательного учрежде-ния |  Пр |  5 |  0 |
|  Тема 7. Условия для реализации двигательной активности детей |  Пр |  5 |  0 |
|  Тема 8. Круглый стол «Работа по сохранению и укреплению здоровья школьника» |  Пр |  5 |  0 |
|  |  СР |  5 |  86 |
|  |  За |  5 |  4 |
|  Всего |  |  |  108 |
|   \* Примечания: а) Для обучающихся по индивидуальному учебному плану - учебному плану, обеспечивающему освоение соответствующей образовательной программы на основе индивидуализации ее содержания с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося, в том числе при ускоренном обучении: При разработке образовательной программы высшего образования в части рабочей программы дисциплины Б1.Б.01 «Философия» согласно требованиям частей 3-5 статьи 13, статьи 30, пункта 3 части 1 статьи 34 Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденного приказом Минобрнауки России от 06.04.2021 № 245, объем дисциплины 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 образовательная организация устанавливает в соответствии с утвержденным индивидуальным учебным планом при освоении образовательной программы обучающимся, который имеет среднее профессиональное или высшее образование, и (или) обучается по образовательной программе высшего образования, и (или) имеет способности и (или) уровень развития, позволяющие освоить образовательную программу в более короткий срок по сравнению со сроком получения высшего образования по образовательной программе, установленным Академией в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ускоренное обучение такого обучающегося по индивидуальному учебному плану в порядке, установленном соответствующим локальным нормативным актом образовательной организации). б) Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов: При разработке адаптированной образовательной программы высшего образования, а для инвалидов - индивидуальной программы реабилитации инвалида в соответствии с требованиями статьи 79 Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации, Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденного приказом Минобрнауки России от 06.04.2021 № 245, Федеральными и локальными нормативными актами, Уставом Академии образовательная организация устанавливает конкретное содержание рабочих программ дисциплин и условия организации и проведения конкретных видов учебных занятий, составляющих контактную работу обучающихся с преподавателем и самостоятельную работу обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (инвалидов) (при наличии факта зачисления таких обучающихся с учетом конкретных нозологий). в) Для лиц, зачисленных для продолжения обучения в соответствии с частью 5 статьи 5 Федерального закона от 05.05.2014 № 84-ФЗ «Об особенностях правового регулирования отношений в сфере образования в связи с принятием в Российскую Федерацию Республики Крым и образованием в составе Российской Федерации новых субъектов - Республики Крым и города федерального значения Севастополя и о внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»: При разработке образовательной программы высшего образования согласно требованиями частей 3-5 статьи 13, статьи 30, пункта 3 части 1 статьи 34 Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденного приказом Минобрнауки России от 06.04.2021 № 245, объем дисциплины 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 образовательная организация устанавливает в соответствии с утвержденным индивидуальным учебным планом при освоении образовательной программы обучающимися, зачисленными для продолжения обучения в соответствии с частью 5 статьи 5 Федерального закона от 05.05.2014 № 84-ФЗ «Об особенностях правового регулирования отношений в сфере образования в связи с принятием в Российскую Федерацию Республики |

|  |
| --- |
|  Крым и образованием в составе Российской Федерации новых субъектов - Республики Крым и города федерального значения Севастополя и о внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации», в течение установленного срока освоения основной профессиональной образовательной программы высшего образования с учетом курса, на который они зачислены (указанный срок может быть увеличен не более чем на один год по решению Академии, принятому на основании заявления обучающегося). г) Для лиц, осваивающих образовательную программу в форме самообразования (если образовательным стандартом допускается получение высшего образования по соответствующей образовательной программе в форме самообразования), а также лиц, обучавшихся по не имеющей государственной аккредитации образовательной программе: При разработке образовательной программы высшего образования согласно требованиям пункта 9 части 1 статьи 33, части 3 статьи 34 Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденного приказом Минобрнауки России от 06.04.2021 № 245, объем дисциплины 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 образовательная организация устанавливает в соответствии с утвержденным индивидуальным учебным планом при освоении образовательной программы обучающегося, зачисленного в качестве экстерна для прохождения промежуточной и(или) государственной итоговой аттестации в Академию по соответствующей имеющей государственную аккредитацию образовательной программе в порядке, установленном соответствующим локальным нормативным актом образовательной организации. |
|  **5.2 Содержание дисциплины** |
|  **Темы лекционных занятий** |
|  **Тема 1. Проблема здоровьесбережения детей в современном обществе** |
|
|  Основные понятия. Состояние здоровья подрастающего поколения в Российской Федерации. Влияние социальных факторов на здоровьесбережение ребенка. Здоровьесберегающий потенциал различных социальных сред. Факторы, неблагополучно влияющие на здоровьесбережение подрастающего поколения. Современные подходы и принципы здоровьесбережения детей |
|  **Тема 2. Понятие здоровьесберегающих технологий** |
|  Современная ситуация со здоровьем российских детей. Внутришкольные факторы риска для здоровья детей и подростков. Технологии здоровьесбережения детей и их классификации. Проблема эффективности технологий |
|  **Тема 3. Педагогика здоровья и ее основополагающие принципы.** |
|  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. Технологии организации урока, рациональной с позиции здоровьесбережения. |
|  **Тема 4. Технологии сбережения физического здоровья детей** |
|  Закономерности физического развития ребенка. Отклонения в физическом здоровье под влиянием различных социальных факторов. Диагностика физического здоровья ребенка. Проблема ограниченного пространства и гиподинамии в развитии ребенка. Проблема адаптации детей к учебным нагрузкам. Технологии сбережения физического здоровья детей на разных возрастных этапах. Роль семьи, образовательных учреждений в сохранении и укреплении физического здоровья детей. |
|  **Тема 5. Технологии сбережения психического здоровья детей** |
|  Закономерности психического развития. Проблема устойчивости психического развития и сохранения психического здоровья ребенка. Отклонения в психическом здоровье детей под влиянием различных социальных факторов. Диагностика психического здоровья ребенка. Технологии сбережения психического здоровья детей в семье и в различных образовательных учреждениях. Профилактические и коррекционные технологии и оценка их эффективности на различных этапах развития ребенка. |
|  **Тема 6. Технологии сбережения социального здоровья детей** |

|  |
| --- |
|  Проблема социализации ребенка на разных возрастных этапах. Закономерности социального развития ребенка. Проблема социальной депривации и сохранения здоровья ребенка в различных социальных средах. Социализированность как компонент социального здоровья. Диагностика социального здоровья ребенка. Технологии сбережения социального здоровья детей. |
|  **Тема 7.Факторы, определяющие здоровый образ жизни.** |
|  Рациональная физическая нагрузка как фактор здорового образа жизни. Роль спортивно- оздоровительных мероприятий в системе здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения. Условия для реализации двигательной активности детей и подростков. 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. Представление о здоровом образе жизни. Вредные привычки. Факторы, определяющие их возникновение. Оценка последствий для здоровья. Профилактика пагубных пристрастий и зависимостей в образовательных учреждениях. Механизмы взаимодействия учреждений образования, культуры, спорта и родительской общественности для решения задач по сохранению и укреплению здоровья детей. |
|  **Тема 8. Технологии формирования здорового образа жизни у детей на разных возрастных** **этапах** |
|  Понятие здорового образа жизни. Взаимосвязь когнитивного, эмоционально- оценочного и поведенческого компонентов в формировании здорового образа жизни. Роль семьи и взрослого в формировании здорового образа жизни у детей. Роль государства и общественных движений в формировании здорового образа жизни ребенка. Значение культуры и воспитания для формирования здорового образа жизни. Личностно- развивающие, педагогические технологии в формировании здорового образа жизни на разных этапах развития ребенка. Специфика использования технологий в семейной среде и в среде различных образовательных учреждений. |
|  **Тема 9. Валеологическое воспитание - актуальная задача новой школы.** |
|  Характеристика системы валеологического воспитания детей и подростков. Специфика формирования валеологических знаний и навыков. Валеологическая культура как важный элемент профессиональной культуры педагога. Слагаемые валеологической культуры педагога. Проблемы со здоровьем педагогов. Понятие о психо-соматической целостности человека. Психологическая безопасность как необходимое условие сохранения здоровья детей и подростков. Понятие о стрессе и дистрессе. Стиль педагогического общения как основа психологически комфортной здоровьесберегающей среды образовательного учреждения. Валеологическая компетентность взрослого как важнейший фактор создания здоровьесберегающей развивающей среды ребенка |
|  **Темы практических занятий** |
|  |
|  **Тема 1. Современная ситуация со здоровьем российских детей. Понятие здоровьесберегающих технологий** |
|  1. Содержание дисциплины 2. Современная ситуация со здоровьем российских детей. 3. Внутришкольные факторы риска для здоровья детей и подростков. 4. Педагогика здоровья и ее основополагающие принципы. 5. Понятие здоровьесберегающих технологий. 6. Планирование учебного процесса как фактор укрепления и сохранения здоровья. |

|  |
| --- |
|  **Тема 2. Рациональная организация учебного труда и отдыха. Оптимизация ус-ловий пребывания детей в образовательном учреждении с позиции требований нор- мального режима его работы** |
|  1. Рациональная организация учебного труда и отдыха. 2. Оптимизация условий пребывания детей в образовательном учреждении с позиции требований нормального режима его работы. 3. Технологии организации урока, рациональной с позиции здоровьесбережения |
|  |
|  **Тема 3. Внутришкольные факторы риска для здоровья детей и подростков. Педагогика здоровья и ее основополагающие принципы** |
|  1. Основные понятия. 2. Состояние здоровья подрастающего поколения в Российской Федерации. 3. Влияние социальных факторов на здоровьесбережение ребенка. 4. Здоровьесберегающий потенциал различных социальных сред. 5. Факторы, неблагополучно влияющие на здоровьесбережение |
|  |
|  **Тема 4. Планирование учебного процесса как фактор укрепления и сохранения здоровья. Технологии организации урока, рациональной с позиции здоровьесбереже- ния.** |
|  1. Современные подходы и принципы здоровьесбережения детей. 2. Технологии здоровьесбережения детей и их классификации. 3. Проблема эффективности технологий. 4. Закономерности психического развития. 5. Проблема устойчивости психического развития и сохранения психического здоровья ребенка. 6. Отклонения в психическом здоровье детей под влиянием различных социальных факторов. |
|  |
|  **Тема 5. Слагаемые валеологической культуры педагога. Проблемы со здоровьем педагогов.** |
|  1. Диагностика психического здоровья ребенка. 2. Технологии сбережения психического здоровья детей в семье и в различных обра- зовательных учреждениях. 3. Профилактические и коррекционные технологии и оценка их эффективности на различных этапах развития ребенка |
|  |
|  **Тема 6. Понятие о стрессе и дистрессе. Стиль педагогического общения как основа психологически комфортной здоровьесберегающей среды образовательного учрежде -ния** |
|  1. Понятие о стрессе и дистрессе. 2. Стиль педагогического общения как основа психологически комфортной здоровьесберегающей среды образовательного учреждения. Семинар-практикум состоит из трех частей: 1-2 части – теоретические; 3 часть – практическая. |
|  |
|  **Тема 7. Условия для реализации двигательной активности детей** |
|  1. Закономерности физического развития ребенка. 2. Отклонения в физическом здоровье под влиянием различных социальных факторов. 3. Диагностика физического здоровья ребенка. 4. Проблема ограниченного пространства и гиподинамии в развитии ребенка. 5. Проблема адаптации детей к учебным нагрузкам.  |
|  |
|  **Тема 8. Круглый стол** **«Работа по сохранению и укреплению здоровья школьника»** |
|  1. Основные подходы к организации оздоровительной работы в школе. 2. Компоненты здоровья. 3. Школьные факторы риска. 4. Здоровьесберегающая образовательная технология Н. К. Смирнова. 5. Школьная программа “Здоровье”. |

|  |
| --- |
|  **6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине** |
|  1. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе» / Котлярова Т.С.. – Омск: Изд-во Омской гуманитарной академии, 2024. 2. Положение о формах и процедуре проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата и магистратуры, одобренное на заседании Ученого совета от 28.08.2017 (протокол заседания № 1), Студенческого совета ОмГА от 28.08.2017 (протокол заседания № 1), утвержденное приказом ректора от 28.08.2017 №37. 3. Положение о правилах оформления письменных работ и отчётов обучающихся, одобренное на заседании Ученого совета от 29.08.2016 (протокол заседания № 1), Студенческого совета ОмГА от 29.08.2016 (протокол заседания № 1), утвержденное приказом ректора от 01.09.2016 № 43в. 4. Положение об обучении по индивидуальному учебному плану, в том числе ускоренном обучении, студентов, осваивающих основные профессиональные образовательные программы высшего образования - программы бакалавриата, магистратуры, одобренное на заседании Ученого совета от 28.08.2017 (протокол заседания № 1), Студенческого совета ОмГА от 28.08.2017 (протокол заседания № 1), утвержденное приказом ректора от 28.08.2017 №37. |
|  |  |
|  **7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины** **Основная:** |
| 1. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании / Цибульникова В. Е., Леванова Е. А., Леванова Е. А.. - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2017. - 148 с. - ISBN: 978-5-4263-0490-1. - URL: http://www.iprbookshop.ru/75815.html  |
| 2. Здоровьесберегающие технологии в образовании / Айзман Р. И., Мельникова М. М., Косованова Л. В.. - 2-е изд. - Москва: Юрайт, 2019. - 282 с . - ISBN: 978-5-534-07354-6. - URL: https://urait.ru/bcode/437220  |
| 3. Здоровьесберегающая педагогика / Тихомирова Л. Ф., Макеева Т. В.. - Москва: Юрайт, 2019. - 251 с . - ISBN: 978-5-534-06930-3. - URL: https://urait.ru/bcode/442123  |
|  |  *Дополнительная:* |
| 1. Профессиональное здоровье работников образования / Цибульникова В. Е.. - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2016. - 60 с. - ISBN: 978-5-4263-0406-2. - URL: http://www.iprbookshop.ru/72509.html  |
|
| 2. Технологии здоровьесбережения в образовании / Цибульникова В. Е.. - Москва: Московский педагогический государственный университет, 2016. - 48 с. - ISBN: 978-5-4263-0407-9. - URL: http://www.iprbookshop.ru/72519.html  |
| 3. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания / Никитушкин В. Г., Чесноков Н. Н., Чернышева Е. Н.. - 2-е изд. - Москва: Юрайт, 2019. - 246 с . - ISBN: 978-5-534-07339-3. - URL: https://urait.ru/bcode/438400  |
|  **8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины** |
|  1. ЭБС IPRBooks Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru 2. ЭБС издательства «Юрайт» Режим доступа: http://biblio-online.ru 3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Режим доступа: http://window.edu.ru/ 4. Научная электронная библиотека e-library.ru Режим доступа: http://elibrary.ru 5. Ресурсы издательства Elsevier Режим доступа: http://www.sciencedirect.com 6. Федеральный портал «Российское образование» Режим доступа: www.edu.ru 7. Журналы Кембриджского университета Режим доступа: http://journals.cambridge.org 8. Журналы Оксфордского университета Режим доступа: http://www.oxfordjoumals.org 9. Словари и энциклопедии на Академике Режим доступа: http://dic.academic.ru/ |

|  |
| --- |
|  10. Сайт Библиотеки по естественным наукам Российской академии наук. Режим доступа: http://www.benran.ru 11. Сайт Госкомстата РФ. Режим доступа: http://www.gks.ru 12. Сайт Российской государственной библиотеки. Режим доступа: http://diss.rsl.ru 13. Базы данных по законодательству Российской Федерации. Режим доступа: http://ru.spinform.ru Каждый обучающийся Омской гуманитарной академии в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечной системе (электронной библиотеке) и к электронной информационно-образовательной среде Академии. Электронно-библиотечная система (электронная библиотека) и электронная информационно-образовательная среда обеспечивают возможность доступа обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к информационно- телекоммуникационной сети «Интернет», и отвечает техническим требованиям организации как на территории организации, так и вне ее. Электронная информационно-образовательная среда Академии обеспечивает: доступ к учебным планам, рабочим программам дисциплин (модулей), практик, к изданиям электронных библиотечных систем и электронным образовательным ресурсам, указанным в рабочих программах; фиксацию хода образовательного процесса, результатов промежуточной аттестации и результатов освоения основной образовательной программы; проведение всех видов занятий, процедур оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий; формирование электронного портфолио обучающегося, в том числе сохранение работ обучающегося, рецензий и оценок на эти работы со стороны любых участников образовательного процесса; взаимодействие между участниками образовательного процесса, в том числе синхронное и (или) асинхронное взаимодействие посредством сети «Интернет». |
|  **9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины** |
|  К современному специалисту общество предъявляет достаточно широкий перечень требований, среди которых немаловажное значение имеет наличие у выпускников определенных способностей и умений самостоятельно добывать знания из различных источников, систематизировать полученную информацию, давать оценку конкретной ситуации. Формирование такого умения происходит в течение всего периода обучения через участие в практических занятиях, выполнение контрольных заданий и тестов. При этом самостоятельная работа обучающихся играет решающую роль в ходе всего учебного процесса. Успешное освоение компетенций, формируемых данной учебной дисциплиной, предполагает оптимальное использование времени самостоятельной работы. Целесообразно посвящать до 20 минут изучению конспекта лекции в тот же день после лекции и за день перед лекцией. Теоретический материал изучать в течение недели до 2 часов, а готовиться к практическому занятию по дисциплине до 1.5 часов. Для понимания материала учебной дисциплины и качественного его усвоения рекомендуется такая последовательность действий: ⦁ после прослушивания лекции и окончания учебных занятий, при подготовке к занятиям следующего дня нужно сначала просмотреть и обдумать текст лекции, прослушанной сегодня, разобрать рассмотренные примеры; ⦁ при подготовке к лекции следующего дня нужно просмотреть текст предыдущей лекции, подумать о том, какая может быть тема следующей лекции; ⦁ в течение недели выбрать время для работы с литературой по учебной дисциплине в библиотеке и для решения задач; ⦁ при подготовке к практическим /семинарским/лабораторным занятиям повторить основные понятия и формулы по теме домашнего задания, изучить примеры; ⦁ решая упражнение или задачу, предварительно понять, какой теоретический материал нужно использовать; наметить план решения, попробовать на его основе решить 1-2 аналогичные задачи. При решении задач всегда необходимо комментировать свои действия и не забывать о содержательной интерпретации. Рекомендуется использовать методические указания и материалы по учебной дисциплине, текст лекций, а также электронные пособия. |

|  |
| --- |
|  Теоретический материал курса становится более понятным, когда дополнительно к прослушиванию лекций изучаются научная литература по данной учебной дисциплине. Полезно использовать несколько учебников, однако легче освоить курс, придерживаясь одного учебника и конспекта. Рекомендуется, кроме «заучивания» материала, добиться понимания изучаемой темы дисциплины. С этой целью после прочтения очередной главы желательно выполнить несколько простых упражнений на соответствующую тему. Кроме того, очень полезно мысленно задать себе и попробовать ответить на следующие вопросы: о чем эта глава, какие новые понятия в ней введены, каков их смысл. При изучении теоретического материала всегда полезно выписывать формулы и графики. При выполнении домашних заданий и подготовке к контрольной работе необходимо сначала прочитать теорию и изучить примеры по каждой теме. Решая конкретную задачу, предварительно следует понять, что требуется в данном случае, какой теоретический материал нужно использовать, наметить общую схему решения. При решении задачи «по образцу» рассмотренного на аудиторном занятии или в методическом пособии примера, то желательно после этого обдумать процесс решения и попробовать решить аналогичную задачу самостоятельно. При подготовке к промежуточной аттестации необходимо освоить теоретические положения данной дисциплины, разобрать определения всех понятий и постановки моделей, описывающих процессы, рассмотреть примеры и самостоятельно решить несколько типовых задач из каждой темы. Дополнительно к изучению конспектов лекций необходимо пользоваться учебниками по учебной дисциплине. |
|  **10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем** |
|  Перечень программного обеспечения  • Microsoft Windows 10 Professional • Microsoft Office Professional 2007 Russian • Cвободно распространяемый офисный пакет с открытым исходным кодом LibreOffice 6.0.3.2 Stable • Антивирус Касперского • Cистема управления курсами LMS Русский Moodle 3KL  Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы: |
|  • Портал «Информационно-коммуникационные технологии в образовании» |
|  • Справочная правовая система «Консультант Плюс» http://www.consultant.ru/edu/student/study/ |
|  **Электронная информационно-образовательная среда** |
|  Электронная информационно-образовательная среда Академии, работающая на платформе LMS Moodle, обеспечивает: • доступ к учебным планам, рабочим программам дисциплин (модулей), практик, к изданиям электронных библиотечных систем ( ЭБС IPRBooks, ЭБС Юрайт ) и электронным образовательным ресурсам, указанным в рабочих программах; • фиксацию хода образовательного процесса, результатов промежуточной аттестации и результатов освоения программы бакалавриата; • проведение всех видов занятий, процедур оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий; • формирование электронного портфолио обучающегося, в том числе сохранение работ обучающегося, рецензий и оценок на эти работы со стороны любых участников образовательного процесса; • взаимодействие между участниками образовательного процесса, в том числе синхронное и (или) асинхронное взаимодействие посредством сети «Интернет». При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используются следующие информационные технологии: |

|  |
| --- |
|  • сбор, хранение, систематизация и выдача учебной и научной информации; • обработка текстовой, графической и эмпирической информации; • подготовка, конструирование и презентация итогов исследовательской и аналитической деятельности; • самостоятельный поиск дополнительного учебного и научного материала, с использованием поисковых систем и сайтов сети Интернет, электронных энциклопедий и баз данных; • использование электронной почты преподавателями и обучающимися для рассылки информации, переписки и обсуждения учебных вопросов. • компьютерное тестирование; • демонстрация мультимедийных материалов. |
|  |
|  **11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине** |
|  Для осуществления образовательного процесса Академия располагает материально- технической базой, соответствующей противопожарным правилам и нормам, обеспечивающим проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, практической и научно-исследовательской работ обучающихся, предусмотренных рабочей программой дисциплины. Специальные помещения представляют собой учебные аудитории учебных корпусов, расположенных по адресу г. Омск, ул. 4 Челюскинцев, 2а, г. Омск, ул. 2 Производственная, д. 41/1 1. Для проведения лекционных занятий: учебные аудитории, материально-техническое оснащение которых составляют: столы аудиторные; стулья аудиторные; стол преподавателя; стул преподавателя; кафедра, ноутбуки; операционная система Microsoft Windows 10, Microsoft Office Professional Plus 2007, LibreOffice Writer, LibreOffice Calc, LibreOffice Impress, LibreOffice Draw, LibreOffice Math, LibreOffice Base; 1С:Предпр.8 - комплект для обучения в высших и средних учебных заведениях; Линко V8.2, Moodle, BigBlueButton, Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный, система контент фильтрации SkyDNS, справочно-правовые системы «Консультант плюс», «Гарант»; актовый зал, материально-техническое оснащение которого составляют: Кресла, Кафедра, стол, микше, микрофон, аудио-видео усилитель, ноутбук, Операционная система Microsoft Windows 10, Microsoft Office Professional Plus 2007; 2. Для проведения практических занятий: учебные аудитории, лингофонный кабинет материально-техническое оснащение которых составляют: столы аудиторные; стулья аудиторные; стол преподавателя; стул преподавателя; наглядные материалы; кафедра, ноутбуки; операционная система Microsoft Windows 10, Microsoft Office Professional Plus 2007, LibreOffice Writer, LibreOffice Calc, LibreOffice Impress, LibreOffice Draw, LibreOffice Math, LibreOffice Base; 1С: Предпр.8 - комплект для обучения в высших и средних учебных заведениях; Линко V8.2; Moodle, BigBlueButton, Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный, система контент фильтрации SkyDNS, справочно- правовые системы «Консультант плюс», «Гарант»; электронно-библиотечные системы «IPRbooks» и «ЭБС ЮРАЙТ». 3. Для проведения лабораторных занятий имеется: учебно-исследовательская межкафедральная лаборатория информатики и ИКТ, оснащение которой составляют: Столы компьютерные, стулья, компьютеры, доска пластиковая, колонки, стенды информационные, экран, мультимедийный проектор, кафедра. Оборудование: операционная система Microsoft Windows 10, MS Visio Standart, Microsoft Office Professional Plus 2007, LibreOffice, Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный, Система контент фильтрации SkyDNS, справочно-правовая система «Консультант плюс», «Гарант», Электронно библиотечная система IPRbooks, Электронно библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» www.biblio-online.ru., 1С:Предпр.8.Комплект для обучения в высших и средних учебных заведениях, Moodle. Учебно-исследовательская межкафедральная лаборатория возрастной анатомии, физиологии и гигиены человека и психодиагностики, оснащение которой составляют: столы аудиторные, стулья аудиторные, стол преподавателя, стул преподавателя, кафедра, мультимедийный |

|  |
| --- |
|  проектор, экран, стенды информационные. Оборудование: стенды информационные с портретами ученых, Фрустрационный тест Розенцвейга (взрослый) кабинетный Вариант (1 шт.), тестово-диагностические материалы на эл. дисках: Диагностика структуры личности, Методика И.Л.Соломина, факторный личностный опросник Кеттелла, Тест Тулуз-Пьерона, Тест Векслера, Тест Гилфорда, Методика рисуночных метафор, Тест юмористических фраз А.Г.Шмелева, Диагностический альбом Семаго Н.Я., Семаго М.М., раздаточные материалы: диагностика темперамента, диагностика эмоционально-волевой сферы личности, диагностика определения готовности ребенка к школе, диагностика выявления готовности и способности к обучению дошкольников. 4. Для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации имеются учебные аудитории материально-техническое оснащение которых составляют: столы компьютерные, стол преподавательский, стулья, учебно-наглядные пособия: наглядно-дидактические материалы, доска пластиковая, видеокамера, компьютер, Операционная система Microsoft Windows 10, Microsoft Office Professional Plus 2007, LibreOffice Writer, LibreOffice Calc, LibreOffice Impress, LibreOffice Draw, LibreOffice Math, LibreOffice Base, Линко V8.2, 1С:Предпр.8.Комплект для обучения в высших и средних учебных заведениях, Moodle, BigBlueButton, Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный, Система контент фильтрации SkyDNS, справочно-правовая система «Консультант плюс», «Гарант», Электронно библиотечная система IPRbooks, Электронно библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ» www.biblio-online.ru 5. Для самостоятельной работы: аудитории для самостоятельной работы, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, библиотека, читальный зал, материально-техническое оснащение которых составляют: столы, специализированные стулья, столы компьютерные, компьютеры, стенды информационные, комплект наглядных материалов для стендов. Операционная система Microsoft Windows 10, Microsoft Office Professional Plus 2007, LibreOffice Writer, LibreOffice Calc, LibreOffice Impress, LibreOffice Draw, LibreOffice Math, LibreOffice Base, Moodle, BigBlueButton, Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный, Система контент фильтрации SkyDNS, справочно-правовая система «Консультант плюс», «Гарант», Электронно библиотечная система IPRbooks, Электронно библиотечная система «ЭБС ЮРАЙТ». |