

Министерство просвещения Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»  
Институт инженерно-педагогического образования  
Кафедра математических и естественнонаучных дисциплин

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
Б1.В.ДВ.01.01 «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ  
ОБУЧЕНИЯ»**

Направление подготовки 44.04.01 Педагогическое образование

Профиль программы «Научное и методическое сопровождение профессионального образования инвалидов и лиц с ОВЗ»

Автор(ы): канд. биол. наук, доцент, С.Г. Махнева  
доцент  
канд. мед. наук, доцент, Л.А. Сарапульцева  
доцент

Одобрена на заседании кафедры математических и естественнонаучных дисциплин.  
Протокол от «20» января 2022 г. № 6.

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности научно-методической комиссией института ИПО РГППУ. Протокол от «26» января 2022 г. № 6.

Екатеринбург  
2022

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель освоения дисциплины «Здоровьесберегающие технологии обучения»: формирование компетенций, необходимых для профессиональной деятельности через усвоение магистрантами системы знаний о здоровьесберегающих технологиях обучения.

Задачи:

- сформировать у студентов понимание ценности здоровья и здорового образа жизни;
- определить роль здоровьесбережения в обеспечении здоровья участников образовательного процесса;
- обосновать необходимость применения здоровьесберегающих технологий в траектории индивидуального развития и профессиональной деятельности.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии обучения» относится к дисциплинам по выбору учебного плана.

## 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:

- ПКС-2 Способен осуществлять анализ и разработку научно обоснованных средств, методик, технологий обучения, электронных ресурсов цифровой образовательной среды, обеспечивающих качество реализации образовательных программ.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен:

Знать:

31. Теоретические аспекты здоровьесбережения;
32. Особенности здоровья инвалидов и лиц с ОВЗ;
33. Основы культуры здоровья.

Уметь:

- У1. Применять здоровьесберегающие технологии в учебном процессе;



У2. Выстраивать комфортную психоэмоциональную атмосферу общения с обучаемыми с особыми образовательными потребностями.

Владеть:

В1. Приемами диагностики, сохранения и укрепления здоровья;

В2. Алгоритмами составления рекомендаций здорового образа жизни в процессе обучения и личностного развития субъектов инклюзивного профессионального образования.

## 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1 Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 3 зач. ед. (108 час.), семестр изучения – 3, распределение по видам работ представлено в табл. № 1.

Таблица 1. Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ

Вид работы	Форма обучения
	очная
	Семестр изучения
	3 сем.
	Кол-во часов
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	108
Контактная работа, в том числе:	20
Лекции	10
Практические занятия	10
Самостоятельная работа студента	88
Промежуточная аттестация, в том числе:	
Зачет	3 сем.

*\*Распределение трудоемкости по видам контактной работы для заочной формы обучения (при наличии) корректируется в соответствии с учебным планом заочной формы обучения.*

### 4.2 Содержание и тематическое планирование дисциплины

Таблица 2. Тематический план дисциплины

Наименование разделов и тем дисциплины (модуля)	Сем.	Всего, час.	Вид контактной работы, час.	СРС
---	------	-------------	-----------------------------	-----



			Лекции	Практ. занятия	Лаб. работы	
1. Теоретические аспекты здоровьесбережения	3	32	2	2	-	28
2. Здоровьесберегающие технологии как процесс	3	50	4	6	-	40
3. Комплексная система оценки здоровьесберегающей деятельности	3	26	4	2	-	20

*\*Распределение часов по разделам (темам) дисциплины для заочной формы обучения осуществляется научно-педагогическим работником, ведущим дисциплину.*

### **4.3 Содержание разделов (тем) дисциплин**

#### **Раздел 1. Теоретические аспекты здоровьесбережения**

Исторические предпосылки возникновения дисциплины. Состояние здоровья современной молодежи. Факторы, влияющие на состояние здоровья. Факторы риска в образовательных учреждениях. Сущность культуры здоровья. Основные принципы и закономерности здоровьесбережения. Проблемы осуществления здоровьесберегающей деятельности.

#### **Раздел 2. Здоровьесберегающие технологии как процесс**

Понятие здоровья, его критерии.

Особенности здоровья инвалидов и лиц с ОВЗ.

Компоненты здоровьесберегающих технологий (аксиологический, гносеологический, здоровьесберегающий, эмоционально-волевой, экологический, физкультурно-оздоровительный компонент).

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

Оздоровительные технологии (физическая подготовка, физиотерапия, ароматерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия)

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

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

Сущность понятия «здоровьесберегающие образовательные технологии». Систематика и взаимосвязь здоровьесберегающих технологий, используемых в работе образовательных учреждений. Задачи преподавателя по реализации здоровьесберегающих технологий. Реализация индивидуального подхода в учебно-воспитательном процессе здоровьесберегающего характера. Здоровьесберегающая направленность педагогических приемов и методов.



Факторы воздействия здоровьесберегающих технологий на организм человека. Ресурсы здоровьесберегающих технологий. Руководящие принципы использования технологий здоровьесбережения. Организация здоровьесберегающего режима. Тайм менеджмент.

### **Раздел 3. Комплексная система оценки здоровьесберегающей деятельности**

Единство физического и психического развития. Базовая модель системной комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья; критерии оценки комплексной работы.

## **5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

Для изучения дисциплины используются различные образовательные технологии:

1. Технологии проведения занятий в форме диалогового общения, которые переводят образовательный процесс в плоскость активного взаимодействия обучающегося и педагога. Обучающийся занимает активную позицию и перестает быть просто слушателем семинаров или лекций. Технологии представлены: групповыми дискуссиями, конструктивный совместный поиск решения проблемы, тренинг (микрообучение и др.), ролевые игры (деловые, организационно-деятельностные, инновационные, коммуникативные и др.).

2. Для организации процесса обучения и самостоятельной работы используются информационно-коммуникационные образовательные технологии, представленные в виде педагогических программных средств и электронной информационно-образовательной среды (ЭИОС). Технологии расширяют возможности образовательной среды, как разнообразными программными средствами, так и методами развития креативности обучаемых. К числу таких программных средств относятся моделирующие программы, поисковые, интеллектуальные обучающие, экспертные системы, программы для проведения деловых игр.

3. Технология обучения в сотрудничестве применяются при проведении семинарских, практических и лабораторных занятий, нацелены на совместную работу в командах или группах и достижение качественного образовательного результата.

4. При реализации образовательной программы с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения:

- состав видов контактной работы по дисциплине (модулю), при необходимости, может быть откорректирован в направлении снижения доли занятий лекционного типа и соответствующего увеличения доли консультаций (групповых или индивидуальных) или иных видов контактной работы;



- информационной основой проведения учебных занятий, а также организации самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) являются представленные в электронном виде методические, оценочные и иные материалы, размещенные в электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) университета, в электронных библиотечных системах и открытых Интернет-ресурсах;

- взаимодействие обучающихся и педагогических работников осуществляется с применением ЭИОС университета и других информационно-коммуникационных технологий (видеоконференцсвязь, облачные технологии и сервисы, др.);

- соотношение контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю) может быть изменено в сторону увеличения последней, в том числе самостоятельного изучения теоретического материала.

## **6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

### ***6.1 Основная литература***

1. Белова Л. В. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования : учебное пособие. - Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2015. - 93 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/63084>.

2. Гараева Е. А. Здоровьесберегающие технологии в профессионально-педагогическом образовании : учебное пособие. - Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2013. - 175 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/30107>.

3. Здоровьесберегающие технологии в системе профессионального образования : практикум. - Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2017. - 95 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/69041>.

4. Морозов, В.О. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе школы (теоретико-практические аспекты) [Электронный ресурс] : монография — Электрон. дан. — Москва : ФЛИНТА, 2015. — 188 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/72664>. — Загл. с экрана.

5. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании [Электронный ресурс] : монография / Н.В. Полтавцева [и др.]. — Электрон. дан. — Москва : ФЛИНТА, 2016. — 262 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/85993>. — Загл. с экрана.

### ***6.2 Дополнительная литература***

1. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Москва : Советский спорт, 2014. — 298 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/51905>. — Загл. с экрана.



2. Казин, Э.М. Психолого-педагогические и здоровьесберегающие аспекты формирования адаптивно-развивающей образовательной среды [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Э.М. Казин, Н.Э. Касаткина, И.А. Свиридова. — Электрон. дан. — Кемерово : КемГУ, 2009. — 82 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/30015>. — Загл. с экрана.

3. Здоровьесберегающая физическая культура в профессионально-педагогическом вузе [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие [Гриф УМО] / [С. А. Медведева и др. ; под ред. С. А. Медведевой, Е. Б. Ольховская, Т. А. Сапегинной. - Екатеринбург : Издательство РГППУ, 2016. - 260 с. - Режим доступа: <http://elar.rsvpu.ru/handle/123456789/20927>.

4. Орехова, Т.Ф. Принципы здоровьесберегающего образования и их реализация в условиях педагогического процесса школы [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Москва : ФЛИНТА, 2016. — 42 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/85995>. — Загл. с экрана.

5. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании [Электронный ресурс] : монография / Н.В. Полтавцева [и др.]. — Электрон. дан. — Москва : ФЛИНТА, 2016. — 262 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/85993>. — Загл. с экрана.

6. Третьякова, Н. В. Качество здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций: теория и технологии обеспечения [Текст]: монография / Н. В. Третьякова, В. А. Федоров. - Екатеринбург: Издательство РГППУ, 2014. - 207 с. - Режим доступа: <http://elar.rsvpu.ru/handle/123456789/1309>, <http://elibrary.ru/item.asp?id=23016605>. - Электрон. версия печ. публикации

7. Третьякова, Н. В. Процессный подход к управлению качеством здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения : монография / Н. В. Третьякова ; ред. В. А. Федоров ; Рос. гос. проф.-пед. ун-т. - Екатеринбург : РГППУ, 2016. - 165 с. - Режим доступа: <http://elar.rsvpu.ru/handle/123456789/20944>.

8. Югова, Е. А. Технологии формирования здоровьесберегающей компетентности у студентов : монография / Е. А. Югова ; Рос. гос. проф.-пед. ун-т. - Екатеринбург : Издательство РГППУ, 2012. - 116 с. - Режим доступа: <http://elar.rsvpu.ru/handle/123456789/1996>.

### **6.3 Программное обеспечение и Интернет-ресурсы**

Интернет-ресурсы:

1. Интернет библиотека электронных книг Elibrus. Режим доступа: <http://elibrus.lgb.ru/psi.shtml>

2. Каталог образовательных интернет-ресурсов. Режим доступа: [http://www.edu.ru/index.php?page\\_id=6](http://www.edu.ru/index.php?page_id=6)

3. Концепция развития дополнительного образования детей. Режим доступа: <http://static.government.ru/media/files/ipA1NW42XOA.pdf>

4. Научная онлайн-библиотека Порталус. Режим доступа: <http://www.portalus.ru>

5. Сайт Министерства общего и профессионального образования Свердловской области. Режим доступа: <http://www.minobraz.ru>



Программное обеспечение:

1. Операционная система Windows.
2. Офисная система Office Professional Plus.

Информационные системы и платформы:

1. Система дистанционного обучения «Moodle».
2. Информационная система «Таймлайн».
3. Платформа для организации и проведения вебинаров «Mirapolis Virtual Room».

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Перечень материально-технического обеспечения для реализации образовательного процесса по дисциплине:

1. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского (практического) типа, проведения групповых и индивидуальных консультаций, проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.
2. Читальный зал для магистрантов и аспирантов.
3. Помещения для самостоятельной работы.
4. Лаборатория "Генетика".

