

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  
ФТД.02 «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ»**

Направление подготовки 44.04.04 Профессиональное обучение (по отраслям)

Профиль программы «Управление процессами и документационно-правовое обеспечение системы профессионального образования»

Автор: 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 в профессиональном образовании»: формирование специальных профессиональных 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 в профессиональном образовании» относится к факультативным дисциплинам учебного плана.

Для изучения учебной дисциплины необходимы знания, умения и владения, формируемые следующими дисциплинами:

1. Психология профессионализма.
2. Проектирование деятельности образовательной организации.

Перечень учебных дисциплин, для которых необходимы знания, умения и владения, формируемые данной учебной дисциплиной:

1. Педагогическая практика.

## 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:

- УК-5 Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

31. Основы культуры здоровья;
32. Особенности здоровья инвалидов и лиц с ОВЗ;



33. Принципы здоровьесберегающего взаимодействия между людьми с учетом образа жизни, норм и ценностей, а также национальных, этнокультурных, конфессиональных и других особенностей участников коммуникации.

Уметь:

У1. Выбирать здоровьесберегающие поведенческие модели с учетом норм и ценностей представителей различных культур;

У2. Использовать приемы снижения уровня тревожности в процессе межкультурного взаимодействия;

У3. Выстраивать комфортную психоэмоциональную атмосферу общения с представителями разных социальных групп, в том числе с людьми с ограниченными возможностями здоровья.

Владеть:

В1. Алгоритмами составления рекомендаций здорового образа жизни и сохранения здоровья в межкультурном взаимодействии, в том числе с людьми с ограниченными возможностями здоровья;

В2. Приемами здоровьесберегающего взаимодействия с людьми с учетом национальных, этнокультурных, конфессиональных и других особенностей.

## 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 2 зач. ед. (72 час.), семестр изучения – 3, распределение по видам работ представлено в табл. № 1.

Таблица 1. Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Вид работы	Форма обучения
	очная
	Семестр изучения
	3 сем.
	Кол-во часов
Общая трудоёмкость дисциплины по учебному плану	72
Контактная работа, в том числе:	24
Практические занятия	24
Самостоятельная работа студента	48
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	24	-	8	-	16
2. Здоровьесберегающие технологии как процесс	3	24	-	8	-	16
3. Комплексная система оценки здоровьесберегающей деятельности	3	24	-	8	-	16

*\*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. Традиционные образовательные технологии, которые ориентируются на организацию образовательного процесса, предполагающую прямую трансляцию знаний от преподавателя к студенту (преимущественно на основе объяснительно-иллюстративных методов обучения). Учебная деятельность студента носит в таких условиях, как правило, репродуктивный характер.

2. Технологии проведения занятий в форме диалогового общения, которые переводят образовательный процесс в плоскость активного взаимодействия обучающегося и педагога. Обучающийся занимает активную позицию и престаёт 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.).

3. 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.

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. Моросанова В. И., Бондаренко И. Н. Диагностика саморегуляции человека : монография. - Москва : Когито-Центр, 2015. - 304 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51914>.

4. Цибульникова В. Е. Технологии здоровьесбережения в образовании : учебно-методическое пособие. - Москва : Московский педагогический государственный университет, 2016. - 48 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/72519>.



## 6.2 Дополнительная литература

1. Зименкова, Ф.Н. Питание и здоровье: Учебное пособие для студентов по спецкурсу «Питание и здоровье» [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Москва : Издательство «Прометей», 2016. — 168 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/78163>. — 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. Кисляков П.А. Социальная безопасность и здоровьесбережение учащейся молодежи [Электронный ресурс] / П.А. Кисляков. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2015. — 232 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/33862.html>. — ЭБС «IPRbooks»

4. Ле-ван, Т. Н. Здоровьеформирующая деятельность педагога: научно-методический аспект [Электронный ресурс] : монография / Т. Н. Ле-ван, В. А. Федоров ; [рец.: П. Ф. Кубрушко, Э. Ф. Зеер] ; Рос. гос. проф.-пед. ун-т. - Электрон. текстовые дан. (1 файла : 983,96 Кб). - Екатеринбург : Издательство РГППУ, 2017. - 174 с. - Режим доступа: <http://elar.rsvpu.ru/handle/123456789/23135>

5. 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.

6. 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.

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. Российская государственная библиотека. Режим доступа: <https://www.rsl.ru/>

2. Научная электронная библиотека. Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>



Программное обеспечение:

1. Операционная система Windows.

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 физиологии.
2. Научный читальный зал.
3. Лаборатория "Генетика".

