

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сахалинский государственный университет»**

Кафедра экологии, биологии и природных ресурсов



Утверждаю

Проректор по учебной работе

С.Ю. Рубцова

2020 г

Рабочая программа дисциплины

Б1.В.ДВ.06.02 Здоровьесберегающие технологии

Уровень высшего образования

Бакалавриат

Направление подготовки

06.03.01 «Биология»

(код и наименование направления подготовки)

Общая биология

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

бакалавр

Форма обучения

очная

РПД адаптирована для лиц с ограниченными возможностями и инвалидов

Южно-Сахалинск

2020

Рабочая программа дисциплины «Б1.В.ДВ.06.02 Здоровьесберегающие технологии» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Общая биология»

Составитель  / Кокорина О.Р. /
(подпись) (расшифровка подписи)
Рецензент  / Литтау О.А. /
(подпись) (расшифровка подписи)

Рабочая программа дисциплины «Б1.В.ДВ.06.02 Здоровьесберегающие технологии» утверждена на заседании кафедры экологии, биологии и природных ресурсов от «26» февраля 2020 г., протокол № 8.

Заведующий кафедрой  В.Н. Ефанов
(подпись) (фамилия, инициалы)

Рецензент(ы): заместитель руководителя образовательного учреждения МБОУ СОШ № 16 г. Южно-Сахалинска по учебной работе Литтау О.А.

Ф.И.О., должность, место работы

1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель освоения дисциплины «Здоровьесберегающие технологии» – формирование представлений о здоровьесберегающих технологиях, используемых в образовательном процессе.

Задачи дисциплины

1. Изучить группы здоровьесберегающих технологий
2. Формировать навыки построения образовательной деятельности с позиций здоровьесбережения.

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии» входит в вариативную часть цикла Б1 программы по направлению подготовки 06.03.01 «Биология» по профилю «Общая биология» и является дисциплиной по выбору.

Пререквизиты: Анатомия и морфология человека, Зоология позвоночных, Возрастная анатомия и физиология человека», «Физиология животных, человека, высшей нервной деятельности»

Постреквизиты: общепрофессиональная подготовка биолога, подготовка к ГИА.

3 ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Изучение дисциплины «Здоровьесберегающие технологии» направлено на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 06.03.01 «Биология», профиль «Общая биология»:

Коды компетенции	Содержание компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ОПК-4	способность применять принципы структурной и функциональной организации биологических объектов и владение знанием механизмов гомеостатической регуляции; владение основными физиологическими методами анализа и оценки состояния живых систем	знать: медико-социальные проблемы и причины изменения состояния здоровья различных возрастных и социальных групп; факторы риска и причины, признаки развития, принципы лечения основных групп наиболее распространенных болезней и патологических состояний; нормы, принципы, значение здорового образа жизни, методики укрепления здоровья; уметь: устанавливать связь и делать прогноз влияния фактора риска и характера изменения состояния здоровья человека; осуществлять оптимизацию профессиональной деятельности, используя необходимые знания в области охраны здоровья и профилактики заболеваемости; осуществлять разработку профилактических мероприятий по

		предупреждению вредных привычек в быту и при выполнении профессиональной деятельности; владеть: основными методиками оздоровления, сохранения и укрепления здоровья человека
ОПК-12	способность использовать знание основ и принципов биоэтики в профессиональной и социальной деятельности	знать: особенности состояния здоровья современных детей; специфику формирования мотивации на сохранение здоровья; нормы здорового образа жизни и приемы здоровостроительной деятельности; принципы педагогики здоровьесбережения; уметь: самостоятельно пополнять знания, относящиеся к сохранению и укреплению здоровья индивида; использовать приемы нормирования учебной нагрузки и оптимизации условий пребывания детей в образовательном учреждении; осуществлять валеологическое воспитание младших школьников; учитывать индивидуальные и возрастные особенности физиологии учащихся в педагогической работе; владеть: пониманием здоровья как безусловной ценности, приводящим к осмыслению и принятию здорового образа жизни обучающимися, повышению валеологической компетентности педагогами и родителями; навыками здоровьесберегающего сопровождения жизнедеятельности младших школьников в образовательной среде
ПК-7	способность использовать знания основ психологии и педагогики в преподавании биологии, в просветительской деятельности среди населения с целью повышения уровня биолого-экологической грамотности общества	знать: основные понятия, категории, современные методики и технологии организации и реализации образовательного процесса на различных ступенях образования в образовательных учреждениях разного типа; основы психологии в преподавании биологии; уметь: определять цели и задачи просветительской деятельности среди населения, связанные со здоровьесбережением; владеть: технологией планирования, организации и управления образовательным процессом, направленным на сохранение здоровья

		учащихся
--	--	----------

4 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Структура дисциплины

Виды работы	Трудоемкость (академ. часов)/ЗЕТ	
	6 Семестр	Всего
Общая трудоемкость	108	108/3
Контактная работа	48	
Лекции	14	
Практические занятия	30	
Контактная работа в период теоретического обучения (КонтТО)	4	
Самостоятельная работа	60	
Вид промежуточной аттестации	зачет	

4.2 Распределение видов работы и их трудоемкости по разделам дисциплины

Очная форма обучения

№ п/п	Тема дисциплины	Виды учебной работы (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
		семестр	Контактная (форма занятий)			Самостоя- тельная работа	
			Лекции	Практи- ческие	Лабора- торные		
1	Тема 1. Понятие о здоровьесберегающих технологиях	6	2	7		15	Собеседование защита реферата
2	Тема 2. Условия применения здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности	6	2	7		15	Индивидуальное задание
3	Тема 3. Здоровьесберегающее образовательное пространство школы	6	2	8		15	Индивидуальное задание
4	Тема 4. Здоровьесберегающие программы, реализуемые при обучении биологии	6	2	8		15	Индивидуальное задание
	Всего часов		14	30		60	Зачет

4.3 Содержание разделов дисциплины

Тема 1. Понятие о здоровьесберегающих технологиях

Содержание понятия «здоровьесберегающие технологии», цель, задачи, принципы и отличительные особенности здоровьесберегающих технологий.

Здоровьесберегающие технологии образования в свете ФГОС. Структура здоровьесберегающих образовательных технологий.
Нормативные акты по проблеме «образование и здоровье».

Тема 2. Условия применения здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности

Здоровье человека, определение и формы его проявления. Факторы, определяющие здоровье человека, диагностика уровня здоровья.
Технологии, обеспечивающие условия образовательного процесса.

Тема 3. Здоровьесберегающее образовательное пространство школы

Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников.
Психолого-педагогические технологии здоровьесбережения. Личностно-ориентированные технологии. Образовательные технологии здоровьесберегающей направленности.

Тема 4. Здоровьесберегающие программы, реализуемые при обучении биологии

Уровни реализации здоровьесберегающих технологий.
Требования к уроку биологии с позиций здоровьесбережения. Рациональная организация урока биологии.
Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни.
Особенности организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

4.4 Темы и планы практических занятий

	Тема	Содержание занятия
1	Тема 1. Понятие о здоровьесберегающих технологиях	Собеседование Защита реферата
2	Тема 2. Условия применения здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности	Собеседование Индивидуальное задание
3	Тема 3. Здоровьесберегающее образовательное пространство школы	Собеседование Индивидуальное задание
4	Тема 4. Здоровьесберегающие программы, реализуемые при обучении биологии	Собеседование Индивидуальное задание

5 ТЕМЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ

Темы для самостоятельного изучения не предусмотрены.

6 ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Лекции, практические занятия, собеседование, тестирование.

Темы лекций соответствуют разделу «4.3 Содержание разделов дисциплины».

№ п/п	Наименование раздела	Виды учебных занятий	Образовательная технология
1	Тема 1. Понятие о здоровьесберегающих технологиях	Лекция Практическое занятие	Тематическая лекция Практическое занятие: 1) собеседование по теме; 2) защита реферата
2	Тема 2. Условия применения здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности	Лекция Практическое занятие	Тематическая лекция Практическое занятие: 1) собеседование по теме; 2) выполнение индивидуального задания, его защита
3	Тема 3. Здоровьесберегающее образовательное пространство школы	Лекция Практическое занятие	Тематическая лекция Практическое занятие: 1) собеседование по теме; 2) выполнение индивидуального задания, его защита
4	Тема 4. Здоровьесберегающие программы, реализуемые при обучении биологии	Лекция Практическое занятие	Тематическая лекция Практическое занятие: 1) собеседование по теме; 2) выполнение и защита индивидуального задания

Технология контекстного обучения – обучение в контексте профессии реализуется в учебных заданиях, учитывающих специфику направления и профиль подготовки.

Технология интерактивного обучения реализуется в форме учебных заданий, предполагающих взаимодействие обучающихся, с использованием активных форм обратной связи.

Технология электронного обучения реализуется при помощи электронной образовательной среды СахГУ при использовании ресурсов ЭБС, при проведении автоматизированного тестирования и т. д.

7 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА (МАТЕРИАЛЫ) ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Для текущего контроля успеваемости студентов и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины предполагается выполнение самостоятельной работы студентами по следующим формам, которые входят в ФОС по данной дисциплине:

- индивидуальные задания;
- подготовка реферата

– вопросы для собеседования.

По каждой форме самостоятельной работы предполагается сдача изученного с оценкой за проделанную работу.

Для итогового контроля освоения дисциплины предлагаются вопросы для сдачи зачета по дисциплине.

7.1 Примерные темы индивидуальных заданий

Задание 1. Проанализировать возможное использование программ по здоровьесбережению в школах г.Южно-Сахалинска в соответствии со следующим планом:

1. Содержание понятия «Здоровье»:
 - 1) физическое здоровье;
 - 2) психическое здоровье;
 - 3) социальное здоровье;
 - 4) нравственное здоровье;
 - 5) духовное здоровье.
2. Признаки индивидуального здоровья:
компоненты здоровья:
 - 1) соматический;
 - 2) физический;
 - 3) психический;
 - 4) нравственный
3. Обоснование предлагаемой программы здоровьесбережения:
 - 1) цель;
 - 2) задачи;
 - 3) участники программы;
 - 4) предполагаемые результаты программы;
 - 5) показатели эффективности реализуемой программы
4. Методы контроля за реализацией программы:
 - 1) основные направления программы;
 - 2) первичный мониторинг и определение комплекса мер, форм и методов организации здоровьесберегающей деятельности;
 - 3) организация системной работы;
 - 4) заключительный мониторинг.

I блок – Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения:

- 1) состояние здания и помещений школы, их содержание в соответствии с гигиеническими нормативами;
- 2) оснащенность учебных классов и кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым оборудованием и инвентарем;
- 3) наличие и необходимое оснащение медицинского кабинета;
- 4) наличие и необходимое оснащение школьной столовой;
- 5) организация качественного питания школьников;
- 6) необходимый (в расчете на количество учащихся) и квалифицированный состав специалистов, обеспечивающих работу с учащимися (медицинские работники, учителя физической культуры, психологи, логопеды и т.п.).

II блок – Рациональная организация учебного процесса:

1) соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки учащихся;

2) использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям учащихся (в частности, использование только таких методик, которые прошли апробацию и получили поддержку органов управления образованием);

3) введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов (педагогов, врачей, психологов, физиологов);

4) строгое соблюдение требований к использованию технических средств в обучении (компьютер, аудиовизуальные средства);

5) рациональная и соответствующая педагогическим и гигиеническим требованиям организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера;

6) индивидуализация обучения (учет индивидуальных особенностей развития), работа по индивидуальным программам в старших классах.

Реализация этого блока создает условия для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха, повышает эффективность учебного процесса, предотвращая при этом чрезмерное функциональное напряжение и переутомление.

III блок – Организация физкультурно-оздоровительной работы:

1) полноценная и эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т.п.);

2) организация занятий со специальной медицинской группой;

3) организация часа активных движений (динамической паузы) между 3 и 4 уроками в начальной школе;

4) организация динамических перемен, физкультпауз на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;

5) создание условий и организацию работы спортивных секций, привлечение к секционным занятиям широкого круга детей основной медицинской группы, организацию специальных занятий для детей подготовительной медицинской группы;

6) регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, внутришкольных и межшкольных соревнований, олимпиад, походов и т.п.).

Правильно организованная физкультурно-оздоровительная работа может стать основой рациональной организации двигательного режима школьников, способствовать нормальному физическому развитию и двигательной подготовленности учащихся всех возрастов, позволит повысить адаптивные возможности организма, а значит, станет мощным средством сохранения и укрепления здоровья школьников.

IV блок – Профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья:

1) использование рекомендованных и утвержденных методов профилактики заболеваний, не требующих постоянного наблюдения врача (витаминизация, профилактика нарушений осанки, профилактика нарушений зрения и т.п.);

2) регулярный анализ и обсуждение на педсоветах данных о состоянии здоровья школьников, доступность сведений о состоянии здоровья учащихся для каждого педагога;

3) регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья и их обсуждение с педагогами, родителями;

4) создание системы комплексной педагогической, психологической и социальной помощи детям со школьными проблемами;

5) привлечение медицинских работников к реализации всех компонентов работы по сохранению и укреплению здоровья школьников, просвещению педагогов и родителей.

V блок – Просветительско-воспитательная работа с учащимися, направленная на формирование понятий ценности здоровья и здорового образа жизни:

1) внедрение в систему работы образовательного учреждения образовательных программ, направленных на формирование понятий о ценности здоровья и здорового образа жизни (региональный или школьный компонент);

2) лекции (лекторий), беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек;

3) Дни здоровья, конкурсы, спортивные праздники и т.п.

Все предлагаемые и реализованные мероприятия должны быть грамотны с медицинской точки зрения, носить только научный характер и ни в коем случае не отражать взгляды авторов нетрадиционных методик.

VI блок – Организация просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями:

1) лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье, и т.п.;

2) приобретение необходимой научно-методической литературы;

3) привлечение педагогов и родителей к совместной работе по проведению спортивных соревнований, Дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т.п.;

4) создание общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, педагогов, врачей и других специалистов, учащихся старших классов, родителей.

Функция совета – разработка и реализация школьной программы здоровьесбережения с учетом реальных возможностей и потребностей.

5. Функциональные обязанности участников программы:

1) обязанности учителя физической культуры;

2) обязанности классного руководителя;

3) обязанности школьного медицинского работника;

4) обязанности заместителя директора школы;

5) обязанности директора школы.

6. Технологии реализации программы по здоровьесбережению.

7. Формы работы по реализации программы

8. Нормативная база программы по здоровьесбережению

Задание 2. Проанализировать проведение урока биологии с учетом элементов здоровьесбережения в соответствии с данными таблицы:

№ п/п	Критерии здоровьесбережения	Характеристика	Баллы от 0 до 5
1	Обстановка и гигиенические условия в классе	Температура, свежесть воздуха, освещение доски и класса, монотонные неприятные звуковые раздражители	
2	Количество видов учебной деятельности	Виды учебной деятельности: опрос, письмо, чтение, слушание, рассказ, ответы на вопросы, решение задач, списывание, рассматривание	
3	Средняя продолжительность и частота чередования видов деятельности		

4	Количество видов преподавания	Виды преподавания: словесный, наглядный, самостоятельная работа, аудиовизуальный, практическая работа, самостоятельная работа	
5	Чередование видов преподавания		
6	Наличие и место методов активизации учащихся	Метод свободного выбора: свободная беседа, выбор способа действия, свобода творчества. Активные методы – ученик в роли: учителя, исследователя; деловая игра, дискуссия. Методы, направленные на на самопознание и развитие интеллекта, эмоций, общения, самооценки, взаимооценки	
7	Место и длительность применения ТСО	Умение учителя использовать ТСО как средство для дискуссии, беседы, обсуждения	
8	Поза учащегося, чередование позы	Правильная посадка ученика, смена видов деятельности требует смены позы	
9	Наличие, место, содержание и продолжительность моментов оздоровления на уроке	Физкультминутки, динамические паузы, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек	
10	Наличие мотивации деятельности учащихся на уроке	Внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный момент. Стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу	
11	Психологический климат на уроке	Взаимоотношения учитель – ученик: комфорт – напряжение; сотрудничество – авторитарность; учет возрастных особенностей, ученик – ученик: сотрудничество – соперничество, дружелюбие – враждебность, активность – пассивность, заинтересованность –	

		безразличие	
12	Эмоциональные разрядки на уроке	Шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, афоризм, музыкальная минутка, четверостишия	
	Данный показатель определяется в ходе наблюдения по возрастанию двигательных или пассивных отвлечений в процессе учебной деятельности	Момент наступления утомления и снижения учебной активности	

3. Составить конспект урока по биологии и провести его на основе здоровьесберегающих технологий в соответствии со следующими требованиями.

Здоровьесберегающие технологии – это технологии, которые основаны на:

- возрастных особенностях познавательной деятельности школьников,
- обучении на оптимальном уровне трудности (сложности),
- вариативности методов и форм обучения,
- оптимальном сочетании двигательных и статических нагрузок,
- обучении в малых группах,
- использовании наглядности и сочетании различных форм предоставления информации,
- создании эмоционально благоприятной атмосферы,
- формировании положительной мотивации к учебе («педагогика успеха»),
- на культивировании у учащихся знаний по вопросам здоровья

Организация урока на основе здоровьесберегающих технологий предусматривает следующие этапы.

1. Физиологически обоснованной является продолжительность урока в 40 минут.
2. В классах рекомендуется проведение физкультминуток на 4-ом уроке через 20 мин от его начала или с развитием первой фазы умственного утомления у значительной части учащихся класса (фазы умственного беспокойства) – такая работа необходима для повышения умственной работоспособности детей и снятия у них мышечного статического напряжения.
3. Сдвоенные уроки не рациональны, за исключением тех случаев, когда проводятся лабораторные, контрольные работы

Основные современные требования к уроку на основе здоровьесберегающих технологий:

- 1) рациональная плотность урока должна составлять не менее 60 % и не более 75-80 %;
- 2) должны быть включены вопросы, связанные со здоровьем учащихся, способствующие формированию у обучающихся ценностей здорового образа жизни и потребностей в нем;
- 3) в урок необходимо включить виды деятельности, способствующие развитию памяти, логического и критического мышления;
- 4) в течение урока должно быть использовано не менее 2-х технологий преподавания;
- 5) должен осуществляться контроль научности изучаемого материала;
- 6) необходимо формировать внешнюю и внутреннюю мотивацию деятельности учащихся;

- 7) необходимо осуществлять индивидуальный подход к учащимся с учетом личностных возможностей;
- 8) на уроке нужно создавать благоприятный психологический климат и обязательно ситуации успеха и эмоциональные разрядки;
- 9) нужно включить в урок технологические приемы и методы, способствующие самопознанию, самооценке учащихся;
- 10) необходимо для увеличения работоспособности и подавления утомляемости включить в урок физкультминутки;
- 11) необходимо производить целенаправленную рефлексию в течение всего урока и в итоговой его части.

Использование здоровьесберегающих технологий на уроках биологии

1. Образовательный процесс должен носить творческий характер.

Включение школьников в творческий процесс, поиск решений служит развитию человека, снижает наступление утомления.

Это достигается использованием:

- игровых ситуаций на уроках, разных форм уроков (игры, викторины);
- подвижными играми на переменах;
- наглядности;
- занимательных упражнений;
- фантазирования;
- творческого характера домашних заданий: составить задачу, пример, нарисовать иллюстрацию к произведению, придумать загадку на тему, кроссворды, ребусы.

Все это способствует развитию коммуникативных навыков, двигательной активности, концентрации внимания, воображения, познавательных способностей, снижает психоэмоциональное напряжение, повышает интерес к урокам.

У учащихся особенно чувствительной является нервная система, поэтому важно во время урока:

1. Чередование различных видов учебной деятельности:

- опрос учащихся;
- запись основных моментов нового материала;
- чтение;
- слушание;
- рассказ;
- рассматривание наглядных пособий;
- ответы на вопросы;
- решение задач;

Норма 4 -7 видов за урок.

2. Использование различных методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения самих обучающихся:

1) метод свободного выбора (беседа, свобода творчества, выбор действия, выбор способа действия).

2) активные методы (обучение действием, обсуждение в группах, ученик как исследователь).

3) методы, направленные на самопознание, саморазвитие (интеллект, эмоции, воображение, общение, самооценки) – это снимает утомительную нагрузку, связанную с необходимостью поддержания рабочей позы.

3. Проведение физкультурных минуток: расслабление кистей рук, массаж пальцев перед письмом, дыхательная гимнастика, предупреждение утомления глаз – недостаток

двигательной активности – одна из причин снижения адаптационных ресурсов организма школьников.

Физкультминутки влияют на деятельность мозга, активизируют сердечно-сосудистую и дыхательную системы, улучшают кровоснабжение внутренних органов, работоспособность нервной системы.

Требования к двигательной активности школьников

1. Движения должны быть разнообразными, т.к. однообразие снижает интерес:
 - а) проводятся на начальном этапе утомления;
 - б) предпочтение отдавать упражнениям для утомленных групп мышц;
 - в) подбор упражнений зависит от особенностей урока.Напряжение различных групп мышц связано с работоспособностью, в частности, устает рука – устает ребенок.
2. Работа по предупреждению утомления глаз.
3. Дыхательная гимнастика, которая повышает возбудимость коры больших полушарий мозга, активизирует детей на уроках.
4. Важное значение имеет эмоциональный климат на уроке – учесть мажорность урока, эмоциональную мотивацию в начале урока, создание ситуации успеха.

Экологическое пространство:

- а) проветривание помещений;
- б) озеленение кабинета;
- в) освещение кабинета.
- г) благотворно на здоровье и настроение влияют запахи.

Социализация личности ребенка

Установка на здоровье не появляется сама собой, а формируется в результате педагогического воздействия. В свободной игровой, творческой деятельности через практические действия воспитывается мотивационное основание гигиенического, полового, нравственного воспитания.

Взаимосвязь с медицинскими работниками школы: учесть в работе показания медработников школы в листе здоровья школьников.

Возможно проведение урока-экскурсии на свежем воздухе.

Критерии оценки:

- **оценка «отлично»** выставляется студенту:
если проблема раскрыта полностью, проведён тщательный анализ, информация систематизирована и логически связана;
- **оценка «хорошо»** – если проблема достаточно раскрыта, проведён анализ, информация последовательна систематизирована;
- **оценка «удовлетворительно»** – если проблема раскрыта не полностью, выводы не обоснованы, информация не совсем последовательная;
- **оценка «неудовлетворительно»** – если проблема не раскрыта, выводы отсутствуют, информация не связана, нелогична.

7.2 Примерные вопросы для собеседования

1. Краткая характеристика концепции здоровьесберегающей школы, основанной на комплексном подходе к сохранению здоровья обучающихся и преподавателей

2. Характеристика основных компонентов здоровьесберегающей деятельности
3. Содержание понятия «здоровье»
4. Классификация состояния здоровья в различных возрастных группах
5. Характеристика диагностик оценивания состояния здоровья
6. Технологии, направленные на здоровьесбережение в образовании
7. Характеристика здоровьесберегающие образовательных технологий

Критерии оценки:

– **оценка «отлично»** выставляется студенту:

если проблема раскрыта полностью, проведён тщательный анализ, информация систематизирована и логически связана;

– **оценка «хорошо»** – если проблема достаточно раскрыта, проведён анализ, информация последовательна систематизирована;

– **оценка «удовлетворительно»** – если проблема раскрыта не полностью, выводы не обоснованы, информация не совсем последовательная;

– **оценка «неудовлетворительно»** – если проблема не раскрыта, выводы отсутствуют, информация не связана, нелогична.

7.3 Примерные темы рефератов

1. Исторические основы ценностного отношения россиян к здоровью
2. Здоровье учащихся как педагогическая ценность
3. Понятие «здоровье» – медико-биологические и психолого-социальные аспекты
4. Факторы внешней среды, влияющие на процесс формирования здоровья
5. Общественная значимость профессионального здоровья учителя
6. Значимость педагогической деятельности: социальный и психолого-педагогический аспекты
7. Влияние специфики педагогической деятельности на профессиональное здоровье учителя
8. Здоровьесберегающая профессиональная деятельность педагога
9. Современный опыт сохранения здоровья учащихся в образовательных учреждениях
10. Особенности содержания и структуры культуры здоровья педагога
11. Миссия педагога в качестве человека культуры
12. Культура здоровья учителя как подструктура педагогической культуры
13. Педагог как субъект профессиональной деятельности
14. Субъектные характеристики педагога как носителя культуры здоровья
15. Условия эффективности процесса формирования культуры здоровья педагога

Критерии оценки:

– **оценка «отлично»** выставляется студенту:

если проблема раскрыта полностью, проведён тщательный анализ, информация систематизирована и логически связана;

– **оценка «хорошо»** – если проблема достаточно раскрыта, проведён анализ, информация последовательна систематизирована;

– **оценка «удовлетворительно»** – если проблема раскрыта не полностью, выводы не обоснованы, информация не совсем последовательная;

– **оценка «неудовлетворительно»** – если проблема не раскрыта, выводы отсутствуют, информация не связана, нелогична.

7.4 Примерные вопросы для подготовки к зачету

1. Проблемы здоровья субъектов образовательного процесса
2. Школьные факторы, влияющие на здоровье обучающихся
3. Мониторинг здоровья детей и подростков в условиях образовательного учреждения.
4. Система диагностических и профилактических мероприятий оздоровительной направленности. Организация взаимодействия педагогов и медиков с целью формирования здоровьесберегающей среды образовательного учреждения.
5. Требования к предметно-пространственной составляющей образовательной среды для её оздоровления и психологической безопасности.
6. Нормативно-методическое сопровождение педагогики здоровья. Требования, регламентирующие различные стороны организации пребывания детей в образовательном учреждении.
7. Методика организации мероприятий, нацеленных на мотивацию детей к здоровому образу жизни.
8. Приемы здоровьестроительного практикума для школьников.
9. Использование в работе педагога знаний о закономерностях динамики работоспособности и утомляемости. Профилактика детского утомления и переутомления.
10. Понятие о режиме дня детей и подростков. Грамотное чередование видов трудоемкой деятельности и отдыха. Приемы релаксации и мобилизации для использования в организации учебной деятельности.
11. Нормирование учебной нагрузки для формирования здоровья детей. Рациональная организация учебного труда и отдыха.
12. Здоровье учащихся как социальная и общепедагогическая ценность 1
13. Социокультурные, профессиональные и личностные факторы, влияющие на здоровье педагога.
14. Проблемы со здоровьем педагогов. Профессионально обусловленные психосоматические деформации. Эмоциональное выгорание как проблема здоровья педагогов.
15. Понятие о психосоматической целостности человека. Понятие о стрессе и дистрессе. Способы обеспечения психологической безопасности детей в образовательном учреждении.
16. Стиль педагогического общения как основа психологически комфортной здоровьесберегающей среды образовательного учреждения.
17. Роль спортивно-оздоровительных мероприятий в системе здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения.
18. Условия для реализации двигательной активности детей и подростков. Способы организации двигательной активности детей в течение учебного дня. Зарядка. Подвижные игры (в том числе на воздухе). Динамические паузы на уроке.
19. Актуальные проблемы школьного питания. Реформирование системы школьного питания в России
20. Исследование зарубежного опыта организации централизованного и иного питания детей в образовательных учреждениях.
21. Полноценное питание ребенка. Мероприятия по профилактике неправильного и недостаточного питания детей и подростков.
22. Вредные привычки. Факторы, определяющие их возникновение. Оценка последствий для здоровья.
23. Профилактика пагубных пристрастий и зависимостей в образовательных учреждениях.
24. Методика организации мероприятий, нацеленных на мотивацию детей к здоровому образу жизни.

25. Механизмы взаимодействия учреждений образования, культуры, спорта и родительской общественности для решения задач по сохранению и укреплению здоровья детей. Организация и координация образовательным учреждением взаимодействия представителей социума, направленного на воспитание здорового подрастающего поколения.

26. Профилактика табакокурения. Способы информирования о тяжелых последствиях курения для здоровья. Приемы вовлечения в активную борьбу с курением, помощь и реабилитацию курильщиков.

27. Профилактика алкоголизма. Способы информирования о тяжелых последствиях алкоголизма для здоровья. Приемы вовлечения в активную борьбу с алкоголизмом, помощь и реабилитацию попавших в зависимость.

28. Профилактика нарко- и токсикоманий. Способы информирования о тяжелых последствиях нарко- и токсикоманий для здоровья. Приемы вовлечения в активную борьбу с нарко- и токсикоманиями, помощь и реабилитацию попавших в зависимость.

29. Профилактика игромании и Интернет-зависимости. Способы информирования о тяжелых последствиях игромании и Интернет-зависимости для здоровья и социализации. Приемы вовлечения в активную борьбу с игроманией и Интернет-зависимостью, помощь и реабилитацию попавших в зависимость.

30. Методы работы с семьей. Валеологическое просвещение родителей

Критерии оценки зачета

Оценка «зачтено» выставляется студенту, если

1) выполнен полный объем работы в течение семестра, что соответствует 100% или **85-100 баллам**, а на зачете – ответ студента полный и правильный;

2) если выполнено 75% работы в течение семестра, что соответствует **70-84 баллам**, а на зачете – ответ студента правильный, но неполный;

3) если выполнено 50% работы в течение семестра, что соответствует **52-69 баллам**, на зачете – ответ правилен в основных моментах, есть ошибки в деталях детали при ответе не учтены;

Оценка «не зачтено» выставляется студенту, если он: за семестр выполнил менее 50% работы (**набрал 0-51 балл**), при ответе на зачете демонстрирует небольшое понимание проблемы, ответы на большинство вопросов неточные.

8 СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ

БАЛЛЬНАЯ СТРУКТУРА ОЦЕНКИ

№	Форма контроля	Минимальное для аттестации количество баллов	Максимальное для аттестации количество баллов
1	Посещение лекции	0,5	0,5
	Итого	2	2
2	Собеседование или подготовка реферата	5	15
	Итого	5	15
4	Индивидуальное задание	15	25
	Итого	45	75
6	Зачет	–	8
	ИТОГО	52	100

9 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

9.1 Основная литература

1. Митяева, А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии [Текст]: учеб. пособие для студентов учреждений высш. проф. образования / А.М. Митяева. – 3-е изд., и перераб. и доп. – Москва: Изд. центр «Академия», 2012. – 202 с.
2. Современные образовательные технологии: учебное пособие/коллектив авторов; под ред. Н.В. Бордовской. – 2-е изд., стер. – М.: КНОРУС, 2011. – 432 с.
3. Бабенко, Е. Здоровьесберегающие образовательные технологии. Новые стандарты/Е. Бабенко. – Москва: Перспектива, 2013. – 268 с.
4. Вайнер, В.С. Стратегия содержания формирования здоровьесберегающего образования/ В.С. Вайнер. – Москва: LAP Academic Publishing, 2012. – 316 с.

9.2 Дополнительная литература

1. Безруких, М.М. Здоровьесберегающая школа/ М.М. Безруких. – Москва: Московский психолого-социальный институт, 2004. – 240 с.
2. Дыхан, Л.Б. Теория и практика здоровьесберегающей деятельности в школе/ Л.Б. Дыхан. – Ростов на Дону: Феникс, 2009. – 412 с.
3. Комарова, Э., Фетисов, А. Здоровьесберегающая образовательная среда школы/Э.Комарова., Ф. Фетисов. – Москва: Palmarium Academic Publishing, 2014. – 168 с.
4. Кисляков, П. Управление качеством здоровьесформирующего образования/П.Кисляков. – Москва., 2012. – 200 с.
5. Лободина, Н., Чурилова, Т. Здоровьесберегающая деятельность. Планирование, рекомендации, мероприятия/ Н. Лободина., Т. Чурилова. – Москва: Учитель, 2012. – 206 с.
6. Ланда Б. Х. Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений : обучающие методика и технология: учебное пособие / Б. Х. Ланда. – Казань: Познание, 2014. – 66 с.
(http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=364174)
7. Мисюк, М.Н. Основы медицинских знаний здорового образа жизни: учебное пособие для студентов вызов/ М.Н. Мисюк. – Москва: Юрайт, 2011. – 428 с.
8. Орехова, Т.Ф. Теоретические основы формирования здорового образа жизни субъектов педагогического процесса в системе современного общего образования/ Т.Ф. Орехова. – Москва: Флинта, 2011. – ISBN 978-5-9765-1211-5
9. Протопопова, В. Управление здоровьесберегающим образовательным пространством современной школы/ В. Протопопова. – Москва: Учитель, 2014. – 96 с.
10. Прохорова Э.М. Валеология: Учебное пособие / Э.М. Прихорова; Российский государственный университет туризма и сервиса (ГОУВПО «РГУТИС»). – М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. – 2014. – 235 с. <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=437288&sr=1>
11. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы / Н.К. Смирнов. – М., АРКТИ, 2003.

9.3 Программное обеспечение

- 1.Windows 10 Pro
- 2..WinRAR
- 3.Microsoft Office Professional Plus 2013
- 4.Microsoft Office Professional Plus 2016
- 5.Microsoft Visio Professional 2016

6. Visual Studio Professional 2015
7. Adobe Acrobat Pro DC
8. ABBYY FineReader 12
9. ABBYY PDF Transformer+
10. ABBYY FlexiCapture 11
11. Программное обеспечение «interTESS»
12. Справочно-правовая система «КонсультантПлюс», версия «эксперт»
13. ПО Kaspersky Endpoint Security
14. «Антиплагиат.ВУЗ» (интернет - версия)
15. «Антиплагиат- интернет»
16. Microsoft Office PowerPoint

9.4 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий

1. <http://www.elibrary.ru> – Научная электронная библиотека
2. <http://www.ebiblioteka.ru> – Универсальные базы данных России и стран СНГ
3. <http://www.rsl.ru> – Официальный сайт Российской государственной библиотеки
4. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) общего образования – Режим доступа <http://минобрнауки.рф/документы/2365>
5. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» – Режим доступа <http://минобрнауки.рф/новости/2973/файл/1543/12.12.29> – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». pdf
6. Национальная доктрина образования в Российской Федерации до 2025 года – Режим доступа <http://www.humanites.edu.ru/db/msg/46741>
7. Распорядительные и нормативные документы системы российского образования – Режим доступа <http://www.orto.ru/ru/education.shtml>
8. Российская педагогическая энциклопедия, электронная библиотека – Режим доступа http://www.gumer.info/bibliotek_buks
9. <http://www.rsl.ru> – Официальный сайт Российской государственной библиотеки
10. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования – Режим доступа <http://минобрнауки.рф/документы/938>
12. Российская педагогическая энциклопедия, электронная библиотека – Режим доступа http://www.gumer.info/bibliotek_buks
13. Специализированный портал «Здоровье и образование» – Режим доступа <http://www.valeo.edu.ru>
14. Педпортал. [Электронный ресурс]. Интернет-ресурсы и здоровьесберегающие технологии на уроках информатики – Режим доступа: <http://pedportal.net>
15. Здоровье детей в образовательных учреждениях. [Электронный ресурс]. Здоровьесберегающие технологии в образовании – Режим доступа: <http://library.karelia.ru>
16. Издательство «Лань» [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://e.lanbook.com/>
17. Издательство «Юрайт» [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://biblio-online.ru> Руконт [Электронный ресурс]: межотраслевая электронная библиотека. – URL: <http://rucont.ru> eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. – URL: <http://www.elibrary.ru>
18. elibrary.ru ibooks.ru [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://ibooks.ru>
19. Znanium.com [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://znanium.com>

10 ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ

Учебные и учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для слепых и слабовидящих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением, или могут быть заменены устным ответом;
- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
- для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;
- письменные задания оформляются увеличенным шрифтом;
- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

Для глухих и слабослышащих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, либо предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;
- письменные задания выполняются на компьютере в письменной форме;
- экзамен и зачёт проводятся в письменной форме на компьютере; возможно проведение в форме тестирования.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением;
- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

При необходимости предусматривается увеличение времени для подготовки ответа.

Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся устанавливается с учётом их индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения предусматривается использование технических средств, необходимых в связи с индивидуальными особенностями обучающихся. Эти средства могут быть предоставлены университетом, или могут использоваться собственные технические средства.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Обеспечивается доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для слепых и слабовидящих:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для глухих и слабослышащих:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Учебные аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения:

Для слепых и слабовидящих:

для глухих и слабослышащих:

- автоматизированным рабочим местом для людей с нарушением слуха и слабослышащих;
- акустический усилитель и колонки;

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- передвижными, регулируемые эргономическими партами СИ-1;
- компьютерной техникой со специальным программным обеспечением.

11 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Для освоения программного материала по данному курсу предусмотрена работа в специализированных химических аудиториях, оборудованных в соответствии с правилами пожарной безопасности, а также с учетом проведения экспериментов, связанных с использованием систем воздухообмена.

Аудитория № 325 (ул. Пограничная, 68)	Аудитория для проведения лекционных, практических и лабораторных занятий; консультаций по курсовому проектированию; консультаций по дипломному проектированию; систематической помощи студентам и аспирантам в их самостоятельной работе по изучению дисциплин. <i>Препараты</i> – Строение дыхательной системы человека и средостения – Строение глаза человека – Строение гортани человека – Строение желудка человека – Скелет человека – Позвоночник человека – Строение мозга человека – Влажный препарат строение мозга человека – Препараты различных тканей человека и животных – Строение мочеполовой системы человека – Строение кровеносной системы человека – Строение сердца человека <i>Технические средства обучения</i> – Персональный компьютер: системный блок с монитором, клавиатурой, мышью – Проектор «Panasonic PT-LB51NT» – Телевизор Sony MA-21 <i>Учебно-методическая и справочная литература</i> – Нервная система человека – Скелет человека – Эмбриональное развитие земноводного – Анатомическое строение уха, горла и носа – Железы человека
--	--

	– Строение кожных покровов человека – Череп человека – Центральная нервная система – Фасции шеи – Торс человека – Сердечнососудистая система
--	---

УТВЕРЖДЕНО

Протокол заседания кафедры

№ _____ от _____ 20 ____ г.

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

в рабочей программе (*модуле*) дисциплины «Б1.В.ДВ.06.02 Здоровьесберегающие технологии» по направлению подготовки 06.03.01 «Биология», профиль подготовки «Общая биология»

на 20__/20__ учебный год

1. В _____ вносятся следующие изменения:

(*элемент рабочей программы*)

1.1.;

1.2.;

...

1.9.

2. В _____ вносятся следующие изменения:

(*элемент рабочей программы*)

2.1.;

2.2.;

...

2.9.

3. В _____ вносятся следующие изменения:

(*элемент рабочей программы*)

3.1.;

3.2.;

...

3.9.

Составитель _____ / Родина Е.Ю. /

(*подпись*)

(*расшифровка подписи*)

Дата _____ 20 ____ г.

Зав. кафедрой _____ / Ефанов В.Н. /

(*подпись*)

(*расшифровка подписи*)

ПРИЛОЖЕНИЯ

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии» – узкоспециализированная дисциплина, направленная на подготовку бакалавра-биолога к педагогической деятельности. Освоение этой дисциплины требует большой самостоятельной работы, связанной с профессиональной подготовкой, которая предполагает знание специальных дисциплин профессиональной подготовки бакалавра-биолога: «Анатомия и морфология человека», «Физиология животных, человека, высшей нервной деятельности», «Возрастная анатомия и физиология человека».

Выполнение индивидуальных заданий предполагает знакомство с организацией деятельности по здоровьесбережению в средних специальных учебных заведениях.

Выполнение всех видов заданий, предложенных в данной программе, – обязательно для получения зачета.