

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)

УТВЕРЖДАЮ

Проректор  
по образовательной деятельности

А.А.Панфилов

« 15 » 06 2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ**  
(наименование дисциплины)

Направление подготовки: 37.04.01 *ПСИХОЛОГИЯ*

Профиль/программа подготовки: *ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ*

Уровень высшего образования: *МАГИСТРАТУРА*

Форма обучения: *ОЧНО-ЗАОЧНАЯ*

Семестр	Трудоем- кость зач. ед./час.	Лекций, час.	Практич. занятий, час.	Лаборат. работ, час.	СРС, час.	Форма промежуточной аттестации (экз./зачет)
1	3/108	-	14	-	67	Экзамен (27)
<b>Итого</b>	<b>3/108</b>	<b>-</b>	<b>14</b>	<b>-</b>	<b>67</b>	<b>Экзамен (27)</b>

Владимир 2020

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В современной школе на первый план выходит здоровьесберегающая психология, главная особенность которой – приоритет здоровья, то есть грамотная забота о здоровье как обязательном условии образовательного процесса. Использование здоровьесберегающих технологий позволяет педагогу строить процесс обучения с учетом физиологических и психических особенностей организма; учитывать индивидуальные особенности детей; обеспечивать достаточно высокий уровень мотивации; своевременно предупредить переутомление.

**Целью изучения дисциплины** является формирование у магистров способности к рациональному выбору и реализации коррекционно-образовательных программ на основе лично-ориентированного подхода к индивиду; способность к планированию, организации и совершенствованию собственной психолого-педагогической деятельности; раскрытие возможности системы специального образования в рамках оздоровления учащихся, особенности учебных планов различных видов специальных школ, построения учебных программ, уроков, охранительных режимов, особенности организма детей с ОВЗ, состояния их здоровья на различных этапах онтогенеза.

### **Задачами изучения дисциплины являются:**

- формирование у магистров представления о здоровьесберегающих технологиях в профессиональной деятельности;
- раскрытие механизма воздействия здоровьесберегающих технологий на ребенка с ОВЗ, изменениях, происходящих в его организме;
- формирование представления о возможностях влияния здоровьесберегающих технологий на становление личности детей с ОВЗ, формирование их характера, укрепление здоровья.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Здоровьесберегающие технологии» входит в вариативную часть, в дисциплины по выбору учебного плана. Пререквизиты дисциплины:

«Педагогика», «Общая психология», «Специальная психология», «Психодиагностика», «Психология развития и возрастная психология», «Психология личности».

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения ОПОП

Код формируемых компетенций	Уровень освоения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине характеризующие этапы формирования компетенций (показатели освоения компетенции)
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
<i>ОПК-1</i> – готовность к коммуникации в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном языках для решения задач профессиональной деятельности	<i>Частично</i>	<b>ЗНАТЬ:</b> профессиональную этику и средства ведения профессиональной переписки; <b>УМЕТЬ:</b> реферировать и представлять содержание публикаций и выступлений, составлять письма, предложения и отчеты; <b>ВЛАДЕТЬ:</b> навыками уточнения категориального аппарата, определения терминологического поля, формулирования гипотез и положений в оптимальной форме посредством использования актуальных терминов и категорий

<p><i>ПК-6</i> – способность создавать программы, направленные на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности, отклонений в социальном и личностном статусе и развитии человека с применением современного психологического инструментария</p>	<p><i>Частично</i></p>	<p><b>ЗНАТЬ:</b> общие и частные концепции соответствующей области знаний, основные положения теории и практики соответствующих психологических дисциплин;  <b>УМЕТЬ:</b> анализировать и использовать разнообразие психологических методов в контексте реализуемых профессиональных задач в осваиваемой области знания;  <b>ВЛАДЕТЬ:</b> представлениями содержания, характера и направленности профессиональной жизни человека, с учетом личностной, ценностно-смысловой сфер субъектов профессиональной деятельности</p>
<p><i>ПК-7</i> - способность разрабатывать и использовать инновационные психологические технологии для решения новых задач в различных областях профессиональной практики</p>	<p><i>Частично</i></p>	<p><b>ЗНАТЬ:</b> современные инновационные технологии, применяемые в психологии.  <b>УМЕТЬ:</b> использовать передовые инновационные технологии для решения задач в профессиональной деятельности.  <b>ВЛАДЕТЬ:</b> навыками самообразования в области психологических методов и технологий.</p>

#### 4. ОБЪЕМ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 часов

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах / %)	Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	СРС		
1	Предмет и задачи науки о здоровье	1	1-2		2		9	1/50%	
2	Культура Здоровья как неотъемлемая часть общей и педагогической культуры	1	3-4		2		9	1/50%	
3	Генезис здоровьесберегающей функции образования	1	5-7		2		9	1/50%	Рейтинг-контроль № 1
4	Концепция здоровьесберегающего	1	8-10		2		10	1/50%	

	образования								
5	Теоретические основы здоровьесбережения детей с ОВЗ	1	11-13		2		10	1/50%	Рейтинг-контроль № 2
6	Основные факторы, воздействующие на здоровье ребенка с ОВЗ	1	14-15		2		10	1/50%	
7	Здоровьесберегающие технологии работы с детьми с ОВЗ	1	16-18		2		10	1/50%	Рейтинг-контроль № 3
<b>Всего за 1 семестр</b>			<b>1-18</b>		<b>14</b>		<b>67</b>	<b>7/50%</b>	<b>Экзамен (27)</b>
<b>Наличие в дисциплине КП/КР</b>		1			-				
<b>Итого по дисциплине</b>		1	<b>1-18</b>		<b>14</b>		<b>67</b>	<b>7/50%</b>	<b>Экзамен (27)</b>

### Содержание практических занятий по дисциплине

#### Практическое занятие №1

##### Предмет и задачи науки о здоровье.

1. Исторические аспекты и современные подходы к проблеме здоровья.
2. Здоровье. Здоровье физическое, психическое, социальное, психологическое.
3. Факторы, определяющие здоровье человека.
4. Здоровый образ жизни и его составляющие.
5. Здоровый образ жизни и профилактика болезней в разные возрастные периоды.
6. Валеология как наука о здоровье, её становление и развитие.
7. Идея приоритетности здоровья в условиях модернизации общества.

#### Практическое занятие № 2

##### Культура здоровья как неотъемлемая часть общей и педагогической культуры.

1. Понятие культуры здоровья.
2. Исторические предпосылки и современные направления формирования культуры здоровья детей и молодежи в образовательных организациях.
3. Культура здоровья педагога.

#### Практическое занятие № 3

##### Генезис здоровьесберегающей функции образования.

1. Ретроспективный анализ проблемы здоровьесбережения личности в педагогической теории и практики.
2. Первый период (с древнейших времен до середины 17 века).
3. Второй период (сер. 17 – сер. 19 вв.).
4. Третий период (с сер. 19 по настоящее время).
5. Методологические подходы к пониманию человека как носителя здоровья.
6. Сущность здоровьесберегающей функции образования.

#### Практическое занятие № 4

### **Концепция здоровьесберегающего образования.**

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

### **Практическое занятие № 5**

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

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

### **Практическое занятие № 6**

#### **Основные факторы, воздействующие на здоровье ребенка с ОВЗ.**

1. Влияние генетических факторов.
2. Воздействие социокультурных факторов.
3. Влияние воспитательной среды.

### **Практическое занятие № 7**

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

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

## **5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

В преподавании дисциплины «Здоровьесберегающие технологии» используются разнообразные образовательные технологии как традиционные, так и с применением активных и интерактивных методов обучения.

Активные и интерактивные методы обучения:

- *Групповая дискуссия (тема № 4);*
- *Тренинг (тема № 5-7);*
- *Анализ ситуаций (тема № 5-7);*
- *Разбор конкретных ситуаций (тема № 5-7);*

## **6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

### **Рейтинг-контроль № 1**

1. Охарактеризуйте наиболее продуктивные, на ваш взгляд, подходы к человеку как носителю здоровья.
2. Раскройте понятие «образ жизни человека» и его влияние на здоровье.
3. Что такое ЗОЖ? Каковы его элементы и факторы, на него влияющие?
4. Перечислите компонентный состав культуры здоровья личности и раскройте его содержание.
5. В чем состоят особенности проявления культуры здоровья учащихся, педагогов?
6. Как происходило становление педагогики здоровья?
7. Каковы важнейшие принципы здоровьесберегающего образования?

### **Рейтинг-контроль № 2**

1. Составьте библиографию ученых, внесших вклад в решение проблемы здоровьесбережения детей с ОВЗ.
2. Каковы тенденции в состоянии здоровья детей с ОВЗ?
3. Что такое здоровьесберегающая среда коррекционного учреждения? Составьте проект её создания.

### **Рейтинг-контроль № 3**

1. Какова роль ПМПК и консилиумов в сохранении и укреплении здоровья детей с ОВЗ?
2. Составьте паспорт состояния здоровья на двух-трех учащихся специального образовательного учреждения.
3. Найдите и охарактеризуйте несколько авторских здоровьесберегающих дидактических разработок при учебной работе со старшеклассниками специального образовательного учреждения.

## **Основные виды заданий самостоятельной работы по дисциплине**

### **Тема 1. Предмет и задачи науки о здоровье**

1. Раскройте содержание понятия «здоровье».
2. Охарактеризуйте критерии, признаки и компоненты здоровья, факторы, его определяющие.
3. Определите смысл понятия «здоровый образ жизни».
4. Назовите и охарактеризуйте составляющие здорового образа жизни.
5. Каковы объект, предмет и задачи валеологии как науки о здоровье.
6. В чем выражается идея приоритетности здоровья в условиях модернизации общества.

### **Тема 2. Культура здоровья как неотъемлемая часть общей и педагогической культуры**

1. Раскройте содержание понятие «культура здоровья».
2. Охарактеризуйте исторические предпосылки и современные направления формирования культуры здоровья детей и молодежи в образовательных организациях.

3. Объясните, что вы вкладываете в понятие «культура здоровья педагога-психолога»?

### **Тема 3. Генезис здоровьесберегающей функции образования**

1. Сравните три основных периода в истории формирования здорового образа человека.
2. Каковы основные методологические подходы к пониманию человека как носителя здоровья.
3. Дайте характеристику здоровьесберегающей функции образования.

### **Тема 4. Концепция здоровьесберегающего образования**

1. Докажите необходимость и актуальность здоровьесберегающей педагогики в современном образовательном пространстве.
2. Почему образование следует считать фактором здоровья?
3. Каковы сущность, цель, задачи здоровьесберегающей педагогики?
4. Назовите основные критерии оценки здоровья субъектов педагогического процесса.
5. Охарактеризуйте важнейшие принципы здоровьесберегающего образования.

### **Тема 5. Теоретические основы здоровьесбережения детей с ОВЗ**

1. Раскройте методологические ориентиры здоровьесбережения детей с ОВЗ.
2. Охарактеризуйте специфику физического, психического и духовного здоровья детей с ОВЗ. Каковы особенности их заболеваний?
3. Как влияют специальные образовательные учреждения на здоровье детей с ОВЗ?
4. Предположите, как может повлиять на здоровье детей с ОВЗ их обучение в инклюзивной школе?

### **Тема 6. Основные факторы, воздействующие на здоровье ребенка с ОВЗ**

1. Дайте оценку «вкладу» основных факторов (генетических, микросредовых, социокультурных, образовательных), воздействующих на здоровье ребенка с ОВЗ.
2. Как вы считаете, может ли сам ребенок с ОВЗ стать полноценным субъектом здорового образа жизни?

### **Тема 7. Здоровьесберегающие технологии работы с детьми с ОВЗ**

1. Каким образом можно использовать содержания учебных предметов в процессе формирования ценностей здоровья у детей с ОВЗ?
2. Как происходит развитие физического здоровья детей с ОВЗ на занятиях ЛФК?
3. Как создать продуктивный охранительный режим в специальных образовательных учреждениях?
4. Каковы особенности технология паспортизации здоровья детей с ОВЗ?

Промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины (экзамен).

### **Вопросы к экзамену**

1. Предмет и задачи науки о здоровье.
2. Культура здоровья как неотъемлемая часть общей и педагогической культуры.
3. Культура здоровья педагога-психолога.
4. Идея приоритетности здоровья в условиях модернизации образования.
5. Исторические аспекты и современные подходы к проблеме здоровья.
6. Теоретические и методологические проблемы теории здоровья. Факторы риска возникновения заболеваний.
7. Санитарно-педагогические требования к образовательным учреждениям.

8. Валеологический мониторинг образовательного процесса; проектирование и организация здоровьесберегающей образовательной среды.
9. Здоровый образ жизни и профилактика болезней в разные возрастные периоды.
10. Влияние экологических факторов на здоровый образ жизни.
11. Вредные привычки. Стиль жизни.
12. Биоритмы и их значение в режиме дня школьников.
13. Влияние физических упражнений на здоровье человека.
14. Влияние стресса на здоровье человека.
15. Генезис здоровьесберегающей функции образования.
16. Подходы к пониманию человека как носителя здоровья.
17. Здоровьесберегающая функция образования.
18. Цель и задачи здоровьесберегающей педагогики.
19. Здоровьесозидающий потенциал личности.
20. Базовые стратегии субъектов образовательного процесса в отношении своего здоровья и их роль в здоровьесберегающей и здоровьесозидающей деятельности.
21. Принципы здоровьесберегающего образования.
22. Ребенок с ОВЗ и его здоровье.
23. Дети с ОВЗ как объект здоровьесберегающего образования.
24. Специфика здоровьесбережения детей с ОВЗ.
25. Принципы здоровьесберегающего специального образования.
26. Психолого-педагогические условия реализации здоровьесберегающей функции образования в отношении детей с ОВЗ.
27. Здоровьесберегающие технологии в системе коррекционно-развивающей работы с детьми дошкольного возраста с ОВЗ.
28. Внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс обучающихся по адаптированной программе для детей с ОВЗ.
29. Развитие физического здоровья на занятиях ЛФК с учащимися с ОВЗ
30. Оценка эффективности организации адаптивной школьной среды для обучающихся с ОВЗ.

Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине оформляется отдельным документом.

## **7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **7.1. Книгообеспеченность**

Наименование литературы: автор, название, издательство	Год	КНИГООБЕСПЕЧЕННОСТЬ	
		Количество экземпляров изданий в библиотеке ВлГУ в соответствии с ФГОС ВО	Наличие в электронной библиотеке ВлГУ
1	2	3	4
Основная литература			
<b>1. Здоровьесберегающие технологии и профилактика девиантного поведения в образовательной среде [Электронный ресурс] : Учеб. пособие / Г. И. Семикин, Г. А. Мысина, А. С. Миронов. - М. : Издательство МГТУ им. Н. Э. Баумана</b>	2013		<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785703836903.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785703836903.html</a>



<b>2. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании</b> : [Электронный ресурс] / Н.В. Полтавцева, М.Ю. Стожарова, Р.С. Краснова, И.А. Гаврилова. - 3-е изд., стереотип. - М. : ФЛИНТА	2016		<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976511422.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976511422.html</a>
<b>Гараева Е.А. Здоровьесберегающие технологии в профессионально-педагогическом образовании</b> [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Гараева Е.А.— Электрон. текстовые данные.— Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ	2013		<a href="http://www.iprbookshop.ru/30107">http://www.iprbookshop.ru/30107</a>
Дополнительная литература			
<b>1. Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе</b> [Электронный ресурс]: материалы Регионального научно-методического семинара «Физическая культура и здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» (25 марта 2015 года)/ Р.Р. Абдуллин [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Комсомольск-на-Амуре: Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет	2015		<a href="http://www.iprbookshop.ru/51799">http://www.iprbookshop.ru/51799</a>
<b>2. Ребенок с ограниченными возможностями здоровья в семье</b> [Электронный ресурс] : учебное пособие / А.Г. Московкина; Под ред. В.И. Селиверстова. - М. : Прометей	2015		<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990626409.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785990626409.html</a>
<b>3. Бомин В.А. Здоровьесберегающие технологии в сохранении и формировании здоровья студентов</b> [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Бомин В.А., Сухинина К.В.— Электрон. текстовые данные.— Иркутск: Иркутский филиал Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодёжи и туризма, Иркутская государственная сельскохозяйственная академия	2011		<a href="http://www.iprbookshop.ru/15684">http://www.iprbookshop.ru/15684</a>
<b>4. Кисляков П.А. Социальная безопасность и здоровьесбережение учащейся молодежи</b> [Электронный ресурс]/ Кисляков П.А.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование.	2015	3	

## 7.2 Периодические издания

1. [Журнал «Вопросы психологии»](http://www.voppsy.ru/) (рус.). — научный психологический журнал. URL: <http://www.voppsy.ru/>

2. [Журнал «Психологические исследования»](http://psystudy.ru/) (рус.). — научный электронный журнал, включен в Перечень ВАК. URL: <http://psystudy.ru/>
3. [Журнал «Психологическая наука и образование»](http://psyedu.ru/) (рус.). — профессиональный журнал по психологии образования, рекомендованный ВАК. URL: <http://psyedu.ru/>
4. [Журнал «Культурно-историческая психология»](http://psyjournals.ru/kip/). — международное научное издание для психологов, историков и методологов науки и специалистов в смежных областях фундаментального и прикладного человекознания; включен в Перечень ВАК. URL: <http://psyjournals.ru/kip/>

### **7.3 Интернет-ресурсы**

1. <http://www.studentlibrary.ru/>
2. <http://znanium.com/>
3. <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
4. <http://www.iprbookshop.ru/>
5. <http://www.diss.rsl.ru/>
6. <http://polpred.com/news>

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

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий практического/лабораторного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Практические/лабораторные работы проводятся в Лаборатории «Арт-терапия».

Перечень используемого лицензионного программного обеспечения: Word, Excel, PowerPoint и Outlook.

Рабочую программу составил к.психол.н.,  
доцент кафедры  
общей и педагогической психологии

  
Пронина Е.В.

Рецензент  
(представитель работодателя)  
Медицинский психолог ГКУЗ ВО «ОПБ  
№1»


  
Крылова Т.А.

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры общей и педагогической  
психологии

протокол № 41 от 28.05.2020 года.

Заведующая кафедрой ОиПП

к. психол. н., доцент

  
Пронина Е.В.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии  
направления 37.03.01 – Психология

Протокол № 14 от 15.06.2020 года

Председатель комиссии

Зав.каф. ПЛиСП ГумИ ВлГУ, к.психол. н., доцент

  
Филатова О.В.